



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«РЕГИОНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ»



**ТЕХНОЛОГИЯ, НАПРАВЛЕННАЯ НА ОЦЕНКУ  
СОВМЕСТИМОСТИ ДЕТЕЙ И ЗАМЕЩАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ,  
КОМФОРТНОСТИ ПРЕБЫВАНИЯ В ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬЕ,  
ДЛЯ СВОЕВРЕМЕННОГО ОКАЗАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ И  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ, МЕДИАТИВНОЙ ПОМОЩИ**

*Автор-составитель:*  
Бурлакова Татьяна Викторовна,  
психолог отделения психологической помощи гражданам

Мегион, 2024 г.

## Содержание

1. Паспорт технологии.....	3
2. Пояснительная записка.....	5
2.1. Актуальность технологии .....	5
2.2. Целевая группа.....	6
2.3. Цель программы .....	6
2.4. Задачи программы .....	6
2.5. Формы работы.....	7
2.6. Методы работы.....	7
3. Содержание деятельности по направлениям.....	7
4. Ресурсное обеспечение .....	20
5. Управление и контроль .....	21
6. Эффективность реализации программы .....	22
6.1. Ожидаемые результаты.....	22
6.2 Критерии эффективности .....	22
7. Список литературы.....	23
Содержание приложений. ....	25
Приложение 1. ....	27
Приложение 2. ....	70
Приложение 3. ....	81
Приложение 4. ....	108

## Паспорт технологии

Наименование технологии	Технология оценки совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности пребывания ребенка в замещающей семье
Автор технологии	Бурлакова Т.В., психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
Целевая группа	Замещающие семьи всех форм устройства (усыновление или удочерение, опека и попечительство, приемная семья, патронатная семья, временная передача детей в семьи), воспитывающие детей-сирот или детей, оставшихся без попечения родителей, в возрасте до 18 лет
Цель технологии	Выявление уровня совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности его пребывания в замещающей семье
Задачи технологии	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Осуществить сбор информации о замещающей семье, подбор диагностического инструментария для проведения оценки совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности проживания ребенка в замещающей семье.</li><li>2. Провести психологическое обследование для выявления уровня совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности его проживания в замещающей семье.</li><li>3. Определить наиболее рациональные методы сопровождения замещающей семьи для оказания своевременной социально-психологической помощи</li></ol>
Источники финансирования	Бюджет
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Своевременное выявление проблемных ситуаций в замещающих семьях для оказания профессиональной помощи.</li><li>2. Снижение рисков формального подхода к сопровождению замещающих семей.</li><li>3. Минимизация рисков возвратов детей из замещающих семей / профилактика вторичного сиротства.</li><li>4. Профилактика семейного неблагополучия</li></ol>

## **Пояснительная записка**

### **Актуальность**

Роль семьи в развитии человека несравнима по своему значению ни с какими другими социальными институтами. Потеря семьи в детстве (ситуация сиротства) отражается на дальнейшем развитии ребенка и препятствует формированию у него автономности, инициативности, доверия к окружающему миру, половой идентичности и др. Без них ребенок не сможет стать полноценным субъектом межличностных отношений и адекватно включиться в социальное пространство общества. Поэтому так важно выстроить эффективную систему помощи детям, оставшимся без родительского попечения и переданным на воспитание в замещающую семью, и осуществлять комплексное сопровождение таких семей.

Очень часто сопровождение замещающих семей осложняется тем, что семьи, сталкиваясь с конкретными проблемами, избегают обращений за помощью к профессионалам из-за угрозы санкций и страха оценки их как «несостоявшихся» родителей, испытывая при этом растерянность, беспомощность, неуверенность в своих силах. В результате это приводит к возникновению разочарования, эмоциональному выгоранию родителей, дальнейшей травматизации ребенка и риску дезадаптации ребенка.

Таким образом, повышаются риск возникновения неблагоприятных вариантов протекания нормативных кризисов в замещающих семьях, частота конфликтных ситуаций в семьях целевой группы, что приводит к увеличению количества случаев неблагоприятной адаптации детей в замещающей семье и количества возвратов детей в организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

В процессе воспитания ребенка в семье особое значение приобретает родительская позиция, включающая такие компоненты, как особенности эмоционального отношения к ребенку, мотивы, ценности и цели родительства, стиль взаимодействия с ребенком, способы разрешения проблемных ситуаций, социальный контроль, находящийся выражение в типе семейного воспитания. Для правильного выстраивания детско-родительских отношений в семье необходимо определить все вышеперечисленные компоненты. И в этом может помочь психологическое обследование семьи с использованием специальных психодиагностических методик.

Результаты психодиагностического обследования позволят выявить ресурсы семьи, возможные проблемные точки, осуществить прогноз адаптации ребенка в новой среде и, в случае необходимости, определить содержание коррекционно-развивающей работы в данном направлении.

Также ежегодно на основании приказа Депсоцразвития Югры от 01.08.2024 № 987-р 2 раза в год проводится психологическое тестирование несовершеннолетних, воспитывающихся в замещающих семьях, на комфортность их проживания в замещающей семье, выявление признаков жестокого обращения и суицидального поведения.

Разработка представленной технологии продиктована необходимостью расширения параметров психологического обследования и диагностического инструментария для более глубокой оценки совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности проживания ребенка в замещающей семье. В случае выявления внутрисемейных проблем специалисты учреждения социального обслуживания смогут оказать семье своевременную квалифицированную помощь и тем самым минимизируют риски возвратов детей из замещающей семьи и повторной травматизации ребенка.

### **Целевая группа**

Замещающие семьи всех форм устройства (усыновление или удочерение, опека и попечительство, приемная семья, патронатная семья, временная передача детей в семьи), воспитывающие детей-сирот или детей, оставшихся без попечения родителей, в возрасте до 18 лет.

### **Цель технологии**

Выявление уровня совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности его проживания в замещающей семье.

### **Задачи технологии**

1. Осуществить сбор информации о замещающей семье, подбор диагностического инструментария для проведения оценки совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности проживания ребенка в замещающей семье.
2. Провести психологическое обследование для выявления уровня совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности его проживания в замещающей семье.
3. Определить наиболее рациональные методы сопровождения замещающей семьи для оказания своевременной социально-психологической помощи.

## **Направленность**

Социальная, коррекционно-профилактическая.

## **Нормативно-правовое обеспечение**

Семейный кодекс Российской Федерации;

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

Федеральный закон от 24.04.2008 № 48-ФЗ «Об опеке и попечительстве»;

Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;

постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 27.12.2021 № 596-п «О мерах по реализации государственной программы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Социальное и демографическое развитие»;

приказ Департамента социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 01.08.2024 № 987-р «Об организации проведения ежегодного тестирования несовершеннолетних и признании утратившим силу приказа от 25.06.2019 № 576-р «Об организации проведения ежегодного тестирования несовершеннолетних».

## **Формы работы**

Индивидуальная и групповая диагностика.

## **Методы работы**

Организационные (планирование, информирование).

Диагностические (анализ документов, наблюдение, опрос, тестирование, анкетирование, беседа, интервьюирование).

Аналитические (анализ, обобщение, оценка).

## **Участники межведомственного взаимодействия**

Учреждение социального обслуживания, осуществляющее социальное обслуживание/сопровождение замещающих семей.

Муниципальная комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Территориальное управление социальной защиты населения, опеки и попечительства.

Образовательные организации.

Подразделение по делам несовершеннолетних ОМВД России.

Некоммерческие организации.

### **Механизм реализации технологии**

С целью предотвращения семейного неблагополучия и профилактики вторичного отказа от воспитания приемных детей учреждениями социального обслуживания осуществляется социальное обслуживание / сопровождение замещающих семей.

Основанием для организации работы с замещающей семьей в учреждении социального обслуживания является:

1. Ходатайство управления социальной защиты населения, опеки и попечительства об организации работы с замещающей семьей в адаптационный период.

2. Ежегодное тестирование детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проживающих в замещающих семьях.

3. Обращение членов замещающей семьи, органов опеки и попечительства, других организаций в учреждение социального обслуживания по причине дисфункции семейных отношений.

Сопровождение замещающей семьи осуществляется на следующих уровнях:

адаптационном (в 1-ый год после принятия ребенка или смены места жительства);

базовом (после 1 года проживания в замещающей семье);

кризисном (в случае возникновения проблем в замещающей семье, которые невозможно решить самостоятельно);

экстренном (в период острых кризисных ситуаций, влекущих отказ от ребенка).

В основе дифференциации уровней сопровождения лежит степень риска отказа от воспитания несовершеннолетнего подопечного.

На каждом из уровней сопровождения замещающей семьи для своевременного оказания социальных, психологических услуг и медиативной помощи проводится оценка совместимости ребенка и замещающих родителей и 2 раза в год – оценка уровня комфортности пребывания ребенка в замещающей семье.

Технология оценки совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности пребывания ребенка в замещающей семье реализуется

3 этапа: организационный, основной (диагностический) и заключительный.

### **1. Организационный этап**

На организационном этапе осуществляется:

- сбор информации о семье;
- ознакомление с характеристикой несовершеннолетнего подопечного из образовательной организации;
- ознакомление с психологическими заключениями по результатам ежегодного тестирования детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проживающих в замещающих семьях (при наличии);
- исходя из собранной информации и в соответствии с уровнем сопровождения замещающей семьи индивидуально подбирается для каждой возрастной категории несовершеннолетних подопечных и замещающих родителей комплекс диагностических методик.

### **2. Основной (диагностический) этап**

Для оценки уровня субъективного благополучия ребенка и родителя в замещающей семье, риска отказа от воспитания несовершеннолетнего подопечного на адаптационном, базовом, кризисном и экстренном уровнях используются следующие методики (приложение).

- опросник «Расскажи о себе» (оценка субъективного благополучия ребенка в замещающей семье)\*;
- экспресс-диагностика семейной атмосферы, семейного воспитания «МЕДОР» (Овчарова Р.В.);
- проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»\*;

---

\* Методика может быть использована для обследования несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья.

- методика «Оценка функционального состояния семьи» (уровень риска отказа от воспитания приемного ребенка);
    - анкета «Ребенок глазами родителей» (Щедринская О.М.);
    - Опрос детей и родителей в замещающих семьях (по Гильманову С.А.);
    - анкета «Динамика развития ребенка в замещающей семье»;
    - методика «Цветовой тест отношений» (Эткинд А.)<sup>\*</sup>;
    - Мониторинг развития ребенка в замещающей семье;
    - Определение динамики психоэмоционального и социального развития ребенка;
    - методика «Шкала привязанностей ребенка к членам своей семьи» (Шапарь В.Б.)<sup>\*</sup>;
  - Диагностика сформированности навыков самостоятельной жизни;
    - опросник «Подготовка ребенка к самостоятельной жизни»;
    - Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Марлоу Д., Краун Д.);
      - анкета для ребенка «Семья глазами ребенка»;
      - опросник социализации для подростков «Моя семья» (по методике Маткова О.И.);
      - опросник «Подростки о родителях» (ADOR/ПОР, адаптация под руководством Вассермана Л.И.), <https://psytests.org/parent/adorM.html>;
      - опросник «АСВ» (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.) <https://psytests.org/parent/asvA-run.html>;
      - тест-опросник «PARI» для изучения родительских установок (Шефер Е.С., Белл Р.К.), <https://psytests.org/parent/pari-run.html>;
      - анкета «Ребенок глазами родителей» (РГР, Щедринская О.М.);
      - анкета «Лики родительской любви»;
      - опросник «Семейные роли»;
-

- Тест жизнестойкости (Мадди С., адаптация Леонтьева Д.);
- Опросник эмоциональных отношений в семье (ОДРЭВ, адаптация Захаровой Е.И.);
- методика «Дом» (Гриценко Р.А.);
- тест-опросник «Мотивация выбора приемного ребенка» (Савченко В.В., Соломатина Г.Н.);
- Интервью о привязанности для взрослых (Бриш К.Х.);
- Методики экспресс-диагностики (Бойко В.В.);
- методика «Самооценка эмоциональных состояний» (Уэссман А., Рикс Д.).

Диагностика членов замещающей семьи проводится, по возможности, в отдельном помещении. Важно в доступной форме объяснить цель диагностики, пояснить, как будет проходить диагностика, сколько на это потребуются времени. Также важно уточнить у участников диагностического обследования их физическое состояние, эмоциональную готовность для проведения беседы. Если участник обследования заявляет о плохом самочувствии или неготовности участвовать в данном мероприятии, обговариваются время и условия для повторной беседы. Общение с членами семьи должно проходить на равных позициях, где все участники выступают в роли партнеров.

Для проведения диагностики у специалистов должны быть подготовлены бланки на всех обследуемых членов семьи, необходимый инструментарий (для применения дополнительных методик), бумага формата А4, набор цветных карандашей, простой карандаш.

### **2.1. Диагностика на адаптационном уровне сопровождения**

В зависимости от продолжительности диагностической процедуры, содержания получаемой информации проводятся экспресс-диагностика и углубленная диагностика.

#### **2.1.1. Экспресс-диагностика на адаптационном уровне сопровождения**

Экспресс-диагностика характеризуется компактностью, экономичностью, простотой, возможностью выявления групп риска и получения оперативной информации о семье.

Проводится не менее 1 раза в год.

Продолжительность: от 30 мин до 1 часа на каждого члена семьи.

Целью экспресс-диагностики на адаптационном уровне является оценка субъективного благополучия замещающей семьи (ребенка и родителя), уровня риска отказа от воспитания несовершеннолетнего подопечного.

Выделяются следующие маркеры субъективного благополучия ребенка в замещающей семье:

- эмоциональный фон;
- уровень самооценки;
- отношения с замещающими родителями, удовлетворенность общением с ними;
- отношения со сверстниками, удовлетворенность общением с ними.

Выделяются следующие маркеры субъективного благополучия родителя в замещающей семье:

- эмоциональный фон;
- нервно-психическое напряжение;
- родительские проблемы и трудности;
- общая удовлетворенность жизнью.

Для проведения экспресс-диагностики на адаптационном уровне сопровождения используются следующие методики (таблица 1).

Таблица 1 – Методики, используемые для экспресс-диагностики на адаптационном уровне сопровождения

Название диагностической методики	Цель	Дошкольный возраст (5–7 лет)	Младший школьный возраст (7–12 лет)	Подростковый возраст (от 13 лет)	Родители
1	2	3	4	5	6
Опросник «Расскажи о себе»	Оценка уровня субъективного благополучия ребенка в замещающей семье	+	+	+	-
Экспресс-диагностика семейной атмосферы, семейного воспитания «МЕДОР» (Овчарова Р.В.)	Оценка семейной атмосферы, семейного воспитания в замещающей семье, уровня субъективного благополучия родителя	-	-	-	+
Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»	Диагностика личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций ребенка	+	+	+	-

Оценка функционального состояния семьи	Оценка уровня риска отказа от воспитания приемного ребенка	-	-	-	+
--	--	---	---	---	---

*Диагностическая схема определения уровня субъективного благополучия замещающей семьи*

При определении уровня субъективного благополучия замещающей семьи необходимо оценивать все использованные диагностические методики на предмет отнесения к тому или иному уровню субъективного благополучия.

Таблица 2 – Диагностическая схема определения уровня субъективного благополучия замещающей семьи

Диагностический инструментарий	Очень высокий уровень субъективного благополучия	Высокий уровень субъективного благополучия	Средний уровень субъективного благополучия	Низкий уровень субъективного благополучия
1	2	3	4	5
Экспресс-диагностика семейной атмосферы, оценка субъективного благополучия родителя (МЕДОР)	Общая семейная тревога – менее 14 баллов	Общая семейная тревога – 14, 15 баллов	Общая семейная тревога – 16–19 баллов	Общая семейная тревога – 20, 21 балл
Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»	Суммарное отклонение от аутогенной нормы – менее 10 баллов. Благоприятное эмоциональное отношение к социальному окружению	Суммарное отклонение от аутогенной нормы – от 10 до 18 баллов. Амбивалентное эмоциональное состояние ребенка к социальному окружению	Суммарное отклонение от аутогенной нормы – более 20 баллов. Неблагоприятное эмоциональное отношение ребенка к социальному окружению	Суммарное отклонение от аутогенной нормы – более 20 баллов. Неблагоприятное эмоциональное отношение ребенка к социальному окружению
Оценка функционального состояния семьи	Низкий уровень риска отказа от воспитания ребенка	Низкий уровень риска отказа от воспитания ребенка	Средний уровень риска отказа от воспитания ребенка	Высокий уровень риска отказа от воспитания ребенка
Опросник «Расскажи о себе»	Реалистичная самооценка, регулярное посещение образовательного учреждения. Отсутствуют серьезные проблемы с обучением. Благоприятное эмоциональное состояние. Положительное отношение к членам семьи. Отсутствуют серьезные	Самооценка неустойчивая с тенденцией отклонения в сторону завышения/ занижения. Регулярное посещение образовательного учреждения, возможны небольшие трудности усвоения образовательной программы. Эмоциональное	Самооценка неустойчивая с тенденцией отклонения в сторону завышения/ занижения. Отношение к школе выразить затрудняется, Возможны небольшие трудности усвоения образовательной программы. Эмоциональное	Самооценка неадекватная (в сторону завышения или занижения), неуверенность в своих силах. Не нравится обучение в школе, с программой справляется плохо, нет увлечений, хобби. Преобладает негативное настроение, частая смена настроения, умеренная

	поведенческие нарушения и депрессивная симптоматика	состояние удовлетворительное, возможны колебания настроения. Отношения с членами семьи удовлетворительные, возможны ситуативные конфликтные ситуации, агрессивные проявления носят эпизодический характер. Есть привязанность к членам замещающей семьи, в целом жизнь в семье ребенка устраивает	состояние неустойчивое, возможная легкая депрессивная симптоматика, возможны колебания настроения. Сфера социальных эмоций мало дифференцирован, есть инверсии. Отношения с членами семьи амбивалентные (то плохо, то хорошо), возможны ситуативные конфликтные ситуации. Отсутствуют серьезные поведенческие нарушения, возможны отдельные эпизоды нарушений поведения. Привязан к членам своей семьи, в целом отношение к жизни в замещающей семье удовлетворительное	депрессивная симптоматика. Сфера социальных эмоций не дифференцирована. Поведенческие нарушения носят постоянный характер. Родитель не в состоянии контролировать поведение ребенка. Отношения с членами семьи конфликтные, негативно оценивает свою жизнь в замещающей семье
--	---	---	---	---

### 2.1.2. Углубленная диагностика на адаптационном уровне сопровождения

Углубленная диагностика проводится по результатам экспресс-диагностики (если выявлен низкий уровень субъективного благополучия ребенка в семье, высокий уровень риска отказа от воспитания ребенка) по запросу семьи при ее обращении к специалисту.

Выбор диагностического инструментария зависит от запроса, проблемы семьи.

При углубленной диагностике могут использоваться автоматизированные программы, включающие стандартизированные и адаптированные психологические тесты, и бланковые методики.

При проведении углубленной диагностики применяются следующие методики (таблица 3).

Таблица 3 – Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на адаптационном уровне сопровождения (углубленная диагностика)

Название	Цель	Дошкольн	Младший	Подростко	Юношески	Родители
----------	------	----------	---------	-----------	----------	----------

диагностической методики		ый возраст (3–7 лет)	школьн ый возраст (7–12 лет)	ый возраст (12–16 лет)	ый возраст (17–18 лет)	
Анкета «Ребенок глазами родителей» (Щедринская О.М.)	Оценка психоэмоционального и социального развития ребенка	-	-	-	-	+
Опрос детей и родителей в замещающих семьях (по Гильманову С.А.)	Оценка психологического состояния детей	+	+	-	+	-
Анкета «Динамика развития ребенка в замещающей семье»	Отслеживание динамики развития ребенка в замещающей семье	-	-	-	-	+
Методика «Цветовой тест отношений» (Эткинд А.)	Оценить характер отношений детей и подростков с родителями	+	+	+	+	-

## 2.2. Диагностика на базовом уровне сопровождения

На базовом уровне сопровождения диагностическая работа проводится с периодичностью 1–2 раза в год и направлена на оценку динамики психофизического развития ребенка (познавательная и эмоциональная сфера), готовности к самостоятельной жизни и уровня риска отказа от воспитания несовершеннолетнего подопечного.

Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на базовом уровне сопровождения, представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на базовом уровне сопровождения

Название диагностической методики	Цель	Дошкольн ый возраст (3–7 лет)	Младший школьный возраст (7–12 лет)	Подростков ый возраст (12–16 лет)	Юношески й возраст (17–18 лет)	Родители
Мониторинг развития ребенка в замещающей семье	Анализ психического, эмоционального, социального развития несовершеннолетнего	+	+	+	+	-
Определение динамики психоэмоционального и социального развития ребенка	Анализ динамики психоэмоционального и социального развития ребенка	+	+	+	+	-

Методика «Шкала привязанностей ребенка к членам своей семьи» (Шапарь В.Б.)	Оценка сформированности привязанности ребенка к членам замещающей семьи	+	+	+	-	+
Оценка функционального состояния семьи	Определение категории риска семьи, социально-психологического состояния семьи	-	-	-	-	+
Диагностика сформированности навыков самостоятельной жизни	Оценка готовности ребенка в последний год проживания в семье к самостоятельной жизни	-	-	+	+	+
Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Марлоу Д., Краун Д.)	Предназначенный для оценки искренности ответов испытуемых	-	-	-	-	+

### 2.3. Диагностика на кризисном уровне сопровождения

На кризисном уровне сопровождения ведущей потребностью семьи становится помощь в урегулировании сложной семейной ситуации. Данная потребность формируется под влиянием таких факторов, как прохождение семьей «нормативных» и «ненормативных» кризисов, перманентного стресса, вызванного воспитанием в семье «особого» ребенка, подросткового кризиса (особенно болезненно этот кризис переживают семьи, где опекуном, попечителем являются прародители), прием в семью сиблингов, особенно на этапе интеграции их в систему, психологическая нагрузка на семейную систему при включении в нее большого количества детей-сирот.

Выбор диагностического материала на кризисном уровне сопровождения семьи зависит от запроса участников сопровождения.

Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на кризисном уровне сопровождения, представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на кризисном уровне сопровождения

Название диагностической методики	Цель	Дошкольный возраст (3–7 лет)	Младший школьный возраст (7–12 лет)	Подростковый возраст (12–16 лет)	Юношеский возраст (17–18 лет)	Родители
-----------------------------------	------	------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	----------

Опросник детей и родителей в приемных семья (по Гильманову С.А.)	Оценка психологического состояния ребенка	-	+	+	+	-
Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики»	Оценка степени дифференцированности эмоциональной сферы; шкалы духовных ценностей; деятельностных ориентаций; предпочтений видов деятельности; личностных отношений и вариантов личностного развития	+	+	-	-	-
Анкета для ребенка «Семья глазами ребенка»	Оценка типов семейного воспитания и способах контроля за поведением ребенка в семье	+	+	-	-	-
Опросник социализации для подростков «Моя семья» (по методике Маткова О.И.)	Анализ взаимоотношений в семье, методов воспитания	-	+	+	-	-
Опросник «Подростки о родителях» (ADOR / ПоР, адаптация под руководством Вассермана Л.И.)	Оценка родительских установок, их поведения и методов воспитания с точки зрения детей в подростковом и младшем юношеском возрасте	-	-	-	+	+
Опросник «АСВ» (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.)	Изучение нарушения процесса воспитания; выявление типа негармоничного патологизирующего воспитания; установление причин нарушений в семейной системе	-	-	-	-	+
Тест-опросник «PARI» для изучения родительских установок (Шефер Е.С., Белл Р.К.)	Оценка отношения матери к разным сторонам семейной жизни (семейной роли), а также изучение детско-родительских отношений	-	-	-	-	+
Метод экспресс-диагностики семейной атмосферы, семейного воспитания и отношения родителей к детям «МЕДОР» (Овчаров Р.В.)	Для изучения особенностей личности родителей, их отношения к ребенку, семейной атмосферы	-	-	-	-	+

Анкета «Ребенок глазами родителей» (РГР; Щедринская О.М.)	Оценка детско-родительских отношений	-	-	-	-	+
Анкета «Лики родительской любви»	Экспресс-оценка внутрисемейного взаимодействия	+	+	+	-	-
Опросник «Семейные роли»	Предназначен для описания ролевой структуры семьи. Позволяет оценить статус членов семьи, их влияние на принятие семейных решений	-	-	-	-	+
Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Марлоу Д., Краун Д.)	Предназначен для оценки искренности ответов испытуемых	-	-	-	-	+
Тест жизнестойкости (Мадди С., адаптация Леонтьева Д.)	Оценка способности личности выдерживать стрессовую ситуацию	-	-	-	-	+

## 2.4. Диагностика на экстренном уровне сопровождения

Субъектом диагностики на экстренном уровне сопровождения становится семья, переживающая острые кризисные ситуации, возникающие в рамках семейной системы и влекущие за собой отказ от несовершеннолетнего подопечного.

Возврат ребенка характеризуется определенной процессуальностью: от несовпадения ожиданий к эмоциональной усталости и истощению, от возникновения дискомфорта в семейных отношениях к переживанию острого кризиса, от возникновения мыслей о возврате к их вербализации, от высказывания возможностей возврата к осуществлению действий по передаче ребенка.

Для специалиста признаками назревающего отказа могут стать следующие моменты:

- когда родитель говорит о том, что ушла радость от общения с ребенком;
- когда родителем очень остро переживаются и не принимаются «инаковость» ребенка, его особенности и отличия от приемной семьи;
- когда специалисты отмечают, что реакция на любое поведение ребенка гипертрофированная, слишком интенсивная или не соответствующая сложности ситуации;

- когда родитель все трудности, возникающие в семье, связывает с ребенком и его поведением;

- когда родитель начинает ставить ребенку ультиматумы (часто совершенно невыполнимые).

Вмешательство психолога наиболее эффективно на самых ранних стадиях зреющего отказа, когда проявлены один или два признака.

Феномен возврата характеризуется ярко выраженным эмоциональным состоянием родителей и отражением их в поведении взрослых людей. Ребенок при этом может еще не понимать сути реакции родителей, не распознавать сигналы неудовольствия и раздражения. Отсюда следует, что симптомы возврата необходимо обнаруживать не в психологическом состоянии ребенка, а в первую очередь в психологическом состоянии родителей.

Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на экстренном уровне сопровождения, представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Диагностические методики, используемые в работе с замещающими семьями на экстренном уровне сопровождения

Название диагностической методики	Цель	Дошкольный возраст (3–7 лет)	Младший школьный возраст (7–12 лет)	Подростковый возраст (12–16 лет)	Юношеский возраст (17–18 лет)	Родители
Опросник эмоциональных отношений в семье (ОДРЭВ, Е.И. Захаровой)	Оценка опосредованного выявления степени выраженности каждой отдельной характеристики взаимодействия, в каждой конкретной диаде	-	-	-	-	+
Методика «Дом» (Гриценко Р.А.)	Выявление степени удовлетворения базовых потребностей в семье и демонстрация родителям первой ступени к изменениям в детско-родительских отношениях	-	+	+	+	+
Тест-опросник «Мотивация выбора приемного ребенка» (Савченко В.В., Соломатина Г.Н.)	Выявление мотивов, способствующих принятию ребенка в замещающую семью	-	-	-	-	+

Интервью о привязанности для взрослых (Бриш К.Х.)	Определение степени привязанности для взрослых	-	-	-	-	+
Методики экспресс-Диагностики (Бойко В.В.)	Выявление ряда психоэмоциональных особенностей	-	-	-	-	+

Уровень комфортности проживания несовершеннолетнего подопечного в замещающей семье выявляется по итогам тестирования, который проводится 2 раза в год в соответствии с приказом Депсоцразвития Югры от 01.08.2024 № 987-р. При проведении данного тестирования применяется утвержденный перечень рекомендуемых диагностических методик.

### **3. Заключительный этап**

На завершающем этапе по итогам проведенных диагностик составляется психологическое заключение о совместимости ребенка и замещающих родителей, комфортности проживания ребенка в замещающей семье, на основе которого в дальнейшем будет выстраиваться консультативная, коррекционно-развивающая работа с замещающими семьями.

### **Кадровые ресурсы**

В реализации технологии принимают участие:

- заведующий отделением психологической помощи граждан;
- психологи (2 ед.);
- специалисты по работе с семьей (3 ед.).

### **Материально-технические ресурсы**

Компьютерное оборудование (6 шт.).

Сканер (1 шт.).

Канцелярские товары (бумага, письменные принадлежности).

Требуется подключение компьютерного оборудования к сети Интернет.

### **Информационные ресурсы**

Средства массовой информации.

Интернет-ресурсы.

### **Методические ресурсы**

Печатные издания (буклеты, брошюры, памятки).

Диагностические методики.

Методические рекомендации по проведению психологического обследования замещающей семьи.

### **Ожидаемые результаты**

1. Своевременное выявление проблемных ситуаций в замещающих семьях для оказания профессиональной помощи.
2. Снижение рисков формального подхода к сопровождению замещающих семей.
3. Минимизация рисков возвратов детей из замещающих семей / профилактика вторичного сиротства.
4. Профилактика семейного неблагополучия.

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ ДЛЯ ОЦЕНКИ  
СОВМЕСТИМОСТИ РЕБЕНКА И ЗАМЕЩАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ  
КОМФОРТНОСТИ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА  
В ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬЕ**

**Опросник для дошкольников «Расскажи о себе»**

Твое имя и фамилия \_\_\_\_\_

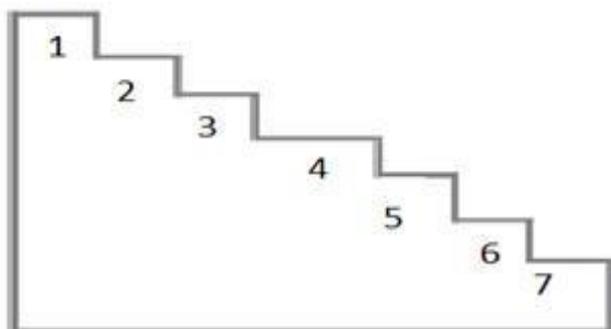
Фамилия твоих родителей \_\_\_\_\_

Сколько тебе лет: \_\_\_\_\_

**КАКОЙ ТЫ?**

**Хороший-плохой**

1 ступенька – очень хороший, 2 – хороший, 3 – часто хороший, 4 ни хороший, ни плохой,  
5 – не очень хороший, 6 – плохой, 7 – очень плохой.



1. На какую ступеньку ты поставишь себя?
2. На какую ступеньку поставит тебя мама?
3. На какую ступеньку тебя поставят другие дети?

**ТВОЕ САМОЧУВСТВИЕ**

**Как ты себя чувствовал в последнее время? Выбери то, что тебе подходит.**

1. Я бываю грустным только иногда <input type="checkbox"/>
2. Я часто бываю грустным <input type="checkbox"/>
3. Мне всегда грустно <input type="checkbox"/>

1. Много меня радует <input type="checkbox"/>
2. Кое-что доставляет мне радость <input type="checkbox"/>
3. Меня ничего не радует <input type="checkbox"/>

1. Я плачу каждый день <input type="checkbox"/>
---

2. Я часто плачу <input type="checkbox"/>
3. Я плачу редко <input type="checkbox"/>

**Если тебя обидели в семье, в которой ты сейчас живешь, кто может тебе помочь?**

- другой ребенок
- взрослый
- сказочный герой
- никто

**Что из того, что я буду называть происходило с тобой:**

**1. На меня сильно кричали:**

Если да, то кто это был?

- кто-то из твоей семьи
- кто-то из ребят детского сада
- ребята на улице

- воспитательница, няня в детском саду
- взрослый на улице

**2. Со мной не хотели играть, прогоняли с моего места**

Если да, то кто это был?

- кто-то из твоей семьи
- кто-то из старших ребят детского сада
- ребята на улице
- воспитательница, няня в детском саду
- взрослый на улице

**3. У меня отбирали еду, мои игрушки**

Если да, то кто это был?

- кто-то из твоей семьи
- кто-то из старших ребят детского сада
- ребята на улице
- воспитательница, няня в детском саду
- взрослый на улице

**4. Меня били, делали мне больно**

Если да, то кто это был?

- кто-то из твоей семьи
- кто-то из старших ребят детского сада
- ребята на улице
- воспитательница, няня в детском саду
- взрослый на улице

**5. Кому ты можешь на это пожаловаться**

- другу / подруге
- маме
- папе
- взрослому из детского сада
- кому-то из родственников

кому-то другому, кому именно

мне некому об этом сказать

**6. Часто ли ты дрался в последнее время?**

часто

иногда

никогда

**7. Часто ли тебя наказывали в последнее время?**

часто

иногда

никогда

**8. Если наказывали, то каким образом (выбери из списка те способы, которыми тебя наказывали):**

1. Ставили в угол

2. Стыдили при других

3. Не давали игрушки

4. Не пускали гулять, играть

5. Оставляли одного

6. Угрожали отдать обратно в детский дом

7. Угрожали поставить укол, если не будешь слушаться

8. Не отпускали, когда кто-нибудь из родных к тебе приходил

9. Физически наказывали

10. С тобой разбирались старшие дети

Наказывали как-то, по-другому \_\_\_\_\_

## ЖИЗНЬ В ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕ

**Хотел бы ты жить в этой семье, когда станешь взрослым:**

хотел бы

не хотел бы

не знаю

**В семье живут твои родные братья / сестры:**

да

не знаю

нет

**Какие у тебя отношения с братьями/сестрами:**

мы дружим

мы часто ссоримся

мы редко видимся

они не хотят играть со мной

**Есть ли у тебя родственники, с которыми ты не живешь:**

да

не знаю

нет

**С кем из них ты общаешься:**

мама

папа

бабушка / дедушка

тетя / дядя

с кем-то другим

**Бывало ли так, что ты без спроса убежал из семьи:**

бывало

не помню

нет, такого никогда не было

**Если ты ответил «да», то с чем это было связано?**

1. Хотел вернуться туда, где жил раньше

2. Хотел увидеть родных и знакомых

3. Хотел погулять

4. Боялся, что накажут

5. Не хочу жить в этом доме

6. Меня обидели

7. Увидел знакомого/знакомую и пошел за ним/ за ней

8. Увидел незнакомого дяденьку / тетеньку и пошел за ним/за ней

Что-то другое, что именно \_\_\_\_\_

**НРАВИТСЯ ЛИ ТЕБЕ В ЭТОЙ СЕМЬЕ?  
(выбери один ответ)**

**Еда, которую ты кушаешь**

				
Очень нравится	Нравится	Не знаю	Не нравится	Очень не нравится

**Одежда, которую ты носишь**

				
Очень нравится	Нравится	Не знаю	Не нравится	Очень не нравится

**Как к тебе относятся взрослые?**

				
Очень нравится	Нравится	Не знаю	Не нравится	Очень не нравится

**Как к тебе относятся дети?**

				
Очень нравится	Нравится	Не знаю	Не нравится	Очень не нравится





## ТЫ ВЫБИРАЕШЬ

### Представь, что:

1. Тебе дали задание, с которым ты не можешь справиться, к кому ты обратишься за помощью: \_\_\_\_\_, ни к кому.
2. Тебя обидели, к кому ты обратишься за поддержкой: \_\_\_\_\_, ни к кому.

## ВОЗМОЖНО ЭТО БЫЛО С ТОБОЙ

Приходилось ли тебе в последнее время сталкиваться с теми или иными из перечисленных ниже недружественными действиями в отношении тебя?

### 1. Меня перебивали, не давали говорить, когда я хотел что-нибудь сказать:

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал:

Кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

### 2. На меня сильно кричали, обидно критиковали за то, что я делал:

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

### 3. Со мной не хотели разговаривать, прогоняли с моего места, не хотели играть со мной:

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

### 4. Меня заставляли делать то, что мне было неприятно (например, заставляли делать что-то за других, отдавать свои вещи, еду, деньги):

да  не уверен  нет

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

### 5. Надо мной смеялись, выставляли на посмешище перед другими, обзывали, передразнивали:

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы

взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**6. Взрослые относились ко мне несправедливо:**

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

Мама, папа

взрослые из моей семьи  учителя

взрослые на улице

кто-то другой, кто именно \_\_\_\_\_

**7. Мне угрожали, что избьют, били, причиняли мне боль:**

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**8. У меня украли, испортили мои вещи:**

да  не уверен  нет

Если это было, то кто это делал?

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы  взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**9. Как часто это происходило за последнее время:**

почти каждый день

почти каждую неделю

почти каждый месяц

**10. С кем ты можешь об этом поговорить:**

с мамой, папой

с другом/подругой  с учительницей

со специалистом службы сопровождения  с кем-то из родственников

с кем-то другим, с кем именно  \_\_\_\_\_

мне не к кому обратиться

**11. Как часто тебе приходилось драться или как-то по-другому защищать себя в последнее время?**

часто

иногда

никогда

**12. Как часто тебя наказывали в последнее время:**

часто

иногда

никогда

**13. Если наказывали, то каким образом (выбери из списка те способы, которыми тебя наказывали):**

1. Ставили в угол

2. Стыдили при других

3. Вызывали к директору школы

4. Не давали есть

5. Забирали, выбрасывали твои личные вещи, игрушки

6. Не пускали гулять, играть
  7. Запирали одного в комнате, кладовке, туалете
  8. Угрожали отдать обратно в детский дом
  9. Угрожали отправить в психушку
  10. Угрожали поставить укол, если не будешь слушаться
  11. Не давали звонить, встречаться с родственниками
  12. Не разрешали пользоваться компьютером
  13. Физически наказывали
  14. С тобой разбирались старшие дети
- Что-то другое, напиши, что именно \_\_\_\_\_

### УЧИТЫВАЮТ ЛИ ТВОЕ МНЕНИЕ?

1. Если тебе покупают одежду, у тебя спрашивают нравится ли она тебе?  
Да  не уверен  нет
2. Если в обстановке твоей комнаты хотят что-то поменять, спрашивают ли твое мнение?  
Да  не уверен  нет
3. Если твоя семья идет на экскурсию, спрашивают ли твое желание?  
Да  не уверен  нет
4. Если тебя кладут в больницу, спрашивают ли твое согласие?  
Да  не уверен  нет

### ЖИЗНЬ В ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕ

**Знаешь ли ты почему ты живешь в этой семье?**

- знаю   
знаю, но хотел бы знать об этом больше   
не знаю   
не помню   
не думал об этом

С кем ты живешь в одной комнате: \_\_\_\_\_

**Есть ли у тебя взрослый в семье, которому ты можешь доверять:**

- да   
не уверен   
нет

**Есть ли у тебя близкие друзья (подруги):**

- да  не уверен  нет

За последний год было так, что ты самовольно (без спроса) уходил (а) из дома:

- да, 1-2 раза   
да, 3-4 раза   
да, больше 4-х раз   
такого не было

**Если ты ответил «да», то с чем были связаны твои уходы?**

1. Хотел побыть с родными
2. Хотел погулять с друзьями
3. Боялся, что накажут
4. Не хочу жить в этом семье
5. Из-за ссоры, обиды
6. Хотел побыть один

7. Хотел побродить и посмотреть, как живут другие

8. Сам не знаю, захотелось уйти и ушел

Что-то другое, что именно \_\_\_\_\_

**Выбери тот ответ, с которым ты согласен:**

1. У меня есть место, где я храню свои вещи и не боюсь, что их кто-то возьмет  
да  не уверен  нет

2. Я могу побыть один/одна, когда мне это нужно  
да  не уверен  нет

3. В комнате, в которой я живу, уютно и чисто  
да  не уверен  нет

4. Еда у нас обычно вкусная  
да  не уверен  нет

5. Я одет(а) не хуже других  
да  не уверен  нет

6. Я могу полежать на кровати в течение дня, когда мне этого хочется  
да  не уверен  нет

7. Я могу развесить свои рисунки, фотографии над своей кроватью или в другом доступном мне месте  
да  не уверен  нет

8. У меня есть альбом, в котором хранятся мои фотографии, фотографии моих близких  
да  не уверен  нет

9. В мой день рождения меня каждый год поздравляют и дарят подарки  
да  не уверен  нет

## РОДНЫЕ И БЛИЗКИЕ

**Вместе с тобой в семье живут твои родные братья, сестры или другие родственники**

да  нет

**У тебя есть родственники, которые не живут с тобой вместе в семье:**

да  точно не знаю  нет

**Если ты ответил «да», с кем из родственников ты поддерживаешь отношения:**

мама

папа

бабушка

дедушка

тети

дяди

брат (братья)

сестра (сестры)

кто-то другой, кто именно \_\_\_\_\_

**Если ты ответил «да», то как часто ты с ними общаешься**

не реже, чем 1 раз в неделю

не реже, чем 1 раз в месяц

не реже, чем 1 раз в год

**Каким образом ты с ними общаешься:**

тебя приходят навестить

вы звоните друг другу по телефону

вы переписываетесь

вы встречаетесь за пределами семьи

Как-то по-другому, напиши, как \_\_\_\_\_

## ТВОЕ БУДУЩЕЕ

**Кем ты хочешь стать, когда вырастишь:**

не знаю

не задумывался

**Если ты уже знаешь, кем ты хочешь быть, как ты считаешь, у тебя это получится**

да

не уверен

нет

## НРАВИТСЯ ЛИ ТЕБЕ В ДОМЕ, КОТОРОМ ТЫ ЖИВЕШЬ (выбери один ответ)

### Комната, в которой ты живешь



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

### Одежда



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

### Как к тебе относятся родители и другие взрослые члены семьи?



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

### Как к тебе относятся другие дети?



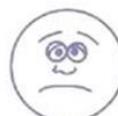
Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

Ты доволен своей жизнью?

## Опросник для подростков с 13 лет «Расскажи о себе»

Твое имя и фамилия \_\_\_\_\_

Фамилия твоих родителей \_\_\_\_\_

Где ты учишься: \_\_\_\_\_

Если ты учишься в школе, то в каком классе: \_\_\_\_\_ Сколько тебе лет: \_\_\_\_\_

**Есть ли в семье человек, которому ты доверяешь и можешь рассказать о своих проблемах**

да, такой человек есть

не уверен

такого человека нет

**Если ты ответил «да», то укажи, пожалуйста, кто этот человек**

мама

папа

твой брат (сестра)

кто-то другой, кто именно

**Есть ли за пределами семьи человек, которому ты доверяешь и можешь рассказать о своих проблемах**

да, такой человек есть

не уверен

такого человека нет

**Если ты ответил «да», то укажи, пожалуйста, кто этот человек**

взрослый

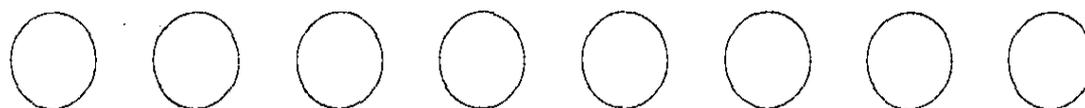
твой друг

родственник

кто-то другой

## САМООЦЕНКА

### Задание № 1

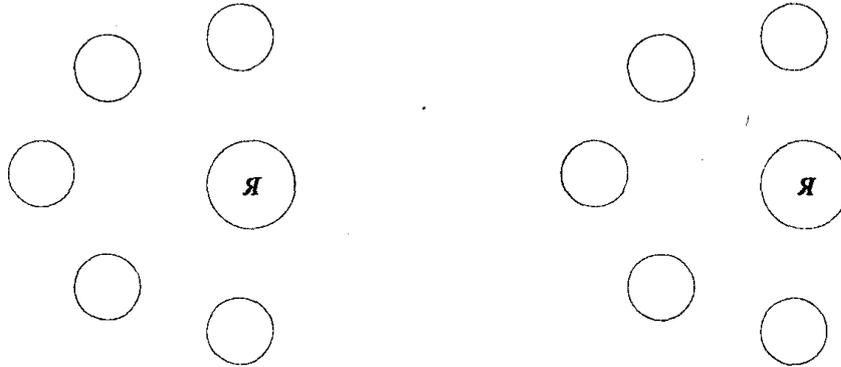


**Инструкция:** «Все эти кружочки – люди, твои одноклассники, одноклассники, одногруппники, \_\_\_\_\_  
себя – где ты?» \_\_\_\_\_  
отметь

## Задание № 2

**Инструкция:** «На этом рисунке твой кружок обозначен буквой «Я» (в середине круга стоит буква «Я»). Нарисуй в других кружках, где твои мама, папа, брат, бабушка (перечислить членов семьи)».

В этом задании лучше для каждой пары («Я» – член семьи) рисовать свой отдельный рисунок, чтобы ребенок не заполнял кружки только потому, что они пустые, ведь на один и тот же кружок могут попасть сразу несколько человек.



### ТВОЕ САМОЧУВСТВИЕ

1.
  - 0 Мне не грустно.
  - 1 Мне грустно или тоскливо.
  - 2 Мне все время тоскливо или грустно, и я ничего не могу с собой поделать
  - 3 Мне так грустно или печально, что я не могу этого вынести.
2.
  - 0 Я смотрю в будущее без особого разочарования.
  - 1 Я испытываю разочарование в будущем.
  - 2 Я чувствую, что мне нечего ждать впереди.
  - 3 Я чувствую, что будущее безнадежно и поворота к лучшему быть не может.
3.
  - 0 Я не чувствую себя неудачником.
  - 1 Я чувствую, что неудачи случались у меня чаще, чем у других людей.
  - 2 Когда оглядываюсь на свою жизнь, я вижу лишь цепь неудач.
  - 3 Я чувствую, что потерпел неудачу как личность (родители).
4.
  - 0 У меня не потерял интерес к другим людям.
  - 1 Я меньше, чем бывало, интересуюсь другими людьми.
  - 2 У меня потерял почти весь интерес к другим людям и почти нет никаких чувств к ним.
  - 3 У меня потерял всякий интерес к другим людям, и они меня совершенно не заботят.
5.
  - 0 Я принимаю решения примерно так же легко, как всегда.
  - 1 Я пытаюсь отсрочить принятые решения.
  - 2 Принятие решений представляет для меня огромную трудность.
  - 3 Я больше совсем не могу принимать решения.
6.
  - 0 Я не чувствую, что выгляжу сколько-нибудь хуже, чем обычно.
  - 1 Меня беспокоит то, что я выгляжу непривлекательно.
  - 2 Я чувствую, что в моем внешнем виде происходят постоянные

изменения, делающие меня непривлекательным.

- 3 Я чувствую, что выгляжу гадко и отталкивающе.

7.

- 0 Я не испытываю никакой особенной неудовлетворенности.
- 1 Ничто не радует меня так, как раньше.
- 2 Ничто больше не дает мне удовлетворения.
- 3 Меня не удовлетворяет всё.

8.

- 0 Я не чувствую никакой особенной вины.
- 1 Большую часть времени я чувствую себя скверным и ничтожным.
- 2 У меня довольно сильное чувство вины.
- 3 Я чувствую себя очень скверным и никчемным.

9.

- 0 Я могу работать примерно так же хорошо, как и раньше.
- 1 Мне нужно делать дополнительные усилия, чтобы что-то сделать.
- 3 Я не могу выполнять никакую работу.

10.

- 0 Я не испытываю разочарования в себе.
- 1 Я разочарован в себе.
- 2 У меня отвращение к себе.
- 3 Я ненавижу себя.

11.

- 0 У меня нет никаких мыслей о самоповреждении.
- 1 Я чувствую, что мне было бы лучше умереть.
- 2 У меня есть определенные планы совершения самоубийства.
- 3 Я покончу с собой при первой возможности.

12.

- 0 Я устаю ничуть не больше, чем обычно.
- 1 Я устаю быстрее, чем раньше.
- 2 Я устаю от любого занятия.
- 3 Я устал чем бы то ни было заниматься.

13.

- 0 Мой аппетит не хуже, чем обычно.
- 1 Мой аппетит не так хорош, как бывало.
- 2 Мой аппетит теперь гораздо хуже.
- 3 У меня совсем нет аппетита.

## ВОЗМОЖНО ЭТО БЫЛО С ТОБОЙ

Приходилось ли тебе в последнее время сталкиваться с теми или иными из перечисленных ниже недружественными действиями в отношении тебя (отметь галочкой тот ответ, который наилучшим образом отражает твое мнение)

**1. Меня перебивали, не давали говорить, когда я хотел что-нибудь сказать:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал?*

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь  ребята из школы  ребята на улице

взрослые на улице  учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

На меня сильно кричали, обидно критиковали за то, что я делал  
да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал*

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы

ребята на улице

взрослые на улице

учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**2. Со мной не хотели разговаривать, прогоняли с моего места:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал:*

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы

взрослые на улице

ребята на улице

учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**3. Меня заставляли делать то, что мне было неприятно (например, заставляли делать что-то за других, отдавать свои вещи, еду, деньги):**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал:*

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы

взрослые на улице

ребята на улице

учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**4. Надо мной смеялись, выставляли на посмешище перед другими, обзывали, передразнивали:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал:*

кто-то из твоей семьи, в которой ты живешь

ребята из школы

ребята на улице

взрослые на улице

учителя

Кто-то другой, кто именно: \_\_\_\_\_

**5. Взрослые относились ко мне несправедливо:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал:*

мама

папа

другие взрослые в семье

учителя

взрослые на улице

кто-то другой

**6. Мне угрожали, что избьют, били, причиняли мне боль:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал:*

Кто-то из членов семьи

ребята из школы

ребята на улице

мама или папа

учителя

взрослые на улице

кто-то другой

**7. У меня украли, испортили мои вещи:**

да  не уверен  нет

*Если это было, то кто это делал*

Кто-то из членов семьи

ребята из школы

ребята на улице

учителя

взрослые на улице

кто-то другой

**8. Как часто это происходило за последнее время:**

почти каждый день

почти каждую неделю

почти каждый месяц

**9. С кем ты можешь об этом поговорить:**

мамой

папой

с другом / подругой

с бывшей воспитательницей из д/д

с учительницей

со специалистом службы сопровождения

с кем-то из родственников

с кем-то другим

мне не к кому обратиться

**10. Как часто тебе приходилось драться, или как-то по-другому защищать себя в последнее время**

часто  иногда  никогда

**11. Как часто тебя наказывали в последнее время:**

часто  иногда  никогда

*Если наказывали, то каким образом (выбери из списка те способы, которыми тебя наказывали):*

1. Вызывали к директору школы
2. Стыдили при других
3. Били по лицу и другим частям тела
4. Не давали есть
5. Закрывали в холодном помещении, чтобы подумал (а) о своем поведении
6. Забирали, выбрасывали твои личные вещи
7. Привязывали к кровати, любой мебели
8. Закрывали одного в комнате, кладовке, туалете
9. Угрожали вернуть в детский дом

10. Угрожали отправить в психушку
  11. Не давали звонить, встречаться с родственниками, друзьями
  12. Не разрешали пользоваться компьютером
- Что-то другое, напиши, что именно \_\_\_\_\_

**УЧИТЫВАЮТ ЛИ В СЕМЬЕ ТВОЕ МНЕНИЕ ПО ПОВОДУ**  
*(отметь галочкой тот ответ, который наилучшим образом отражает твое мнение)*

1. Одежды, которую тебе покупают  
да  не уверен  нет
2. Мебели, обоев и других предметов обстановки в твоей комнате  
да  не уверен  нет
3. Организации твоего свободного времени  
да  не уверен  нет
4. Каникулярного отдыха  
да  не уверен  нет
5. Госпитализации, если ты болеешь  
да  не уверен  нет
6. Встреч с родственниками  
да  не уверен  нет
7. Встреч с друзьями  
да  не уверен  нет
8. Обучения в школе  
да  не уверен  нет
9. Выбора профессии и образовательного учреждения, в котором можно получить профессию  
да  не уверен  нет

**ЖИЗНЬ В ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕ**

**Знаешь ли ты почему ты живешь в приемной семье?**

- знаю
- знаю, но хотел бы знать об этом больше
- не знаю, не помню
- не думал об этом

**За последний год было так, что ты без спроса уходил (а) из дома**

- да, 1-2 раза
- да, 3-4 раза
- да, больше 4-х раз
- такого не было

**Если ты ответил «да», то с чем были связаны твои уходы**

1. Хотел побыть с родными
2. Хотел погулять с друзьями
3. Боялся, что накажут
4. Не хочу жить в этой семье
5. Из-за ссоры, обиды
6. Хотел побыть один

Что-то другое, что именно \_\_\_\_\_

**Выбери тот ответ, с которым ты согласен**

1. У меня есть место, где я храню свои вещи и не боюсь, что их кто-то возьмет

- да  не уверен  нет
2. Я могу побыть один/одна, когда мне это нужно  
да  не уверен  нет
3. В комнате, в которой я живу, уютно и чисто  
да  не уверен  нет
4. Еда у нас обычно вкусная  
да  не уверен  нет
5. Я одет не хуже других  
да  не уверен  нет
6. Я могу полежать на кровати в спальне в течение дня, когда мне это необходимо  
да  не уверен  нет
7. Я могу развесить свои рисунки, фотографии над своей кроватью или в другом доступном мне месте  
да  не уверен  нет
8. У меня есть альбом, в котором хранятся мои фотографии, фотографии моих близких  
да  не уверен  нет
9. В семье в мой день рождения меня каждый год поздравляют и дарят подарки  
да  не уверен  нет
10. Когда я болею, мне всегда оказывается необходимая медицинская помощь  
да  не уверен  нет

## РОДНЫЕ И БЛИЗКИЕ

**Вместе с тобой в семье живут твои родные братья, сестры или другие родственники**

да  нет

**У тебя есть родственники, которые не живут с тобой вместе:**

да  точно не знаю  нет

**Если ты ответил «да», с кем из родственников ты поддерживаешь отношения (подчеркни нужное):**

мама

папа

бабушка

дедушка

тети

дяди

брат (братья)

сестра (сестры)

кто-то другой, кто именно \_\_\_\_\_

**Общаешься ли ты со своими родственниками (те, которые не живут с тобой)**

да  нет

**Если ты ответил «да», то как часто ты с ними общаешься**

не реже, чем 1 раз в неделю

не реже, чем 1 раз в месяц

не реже, чем 1 раз в год

**Каким образом ты с ними общаешься:**

тебя приходят навестить

вы звоните друг другу по телефону

вы переписываетесь

вы встречаетесь за пределами семьи в общественном месте

как-то по-другому, напиши, как \_\_\_\_\_

**БУДУЩЕЕ**

**Какие чувства ты чаще всего испытываешь, думая о своем ближайшем будущем (выбери один верный с твоей точки зрения ответ)**

Безразличие

Беспокойство, тревога

Безысходность

Надежда

Уверенность

Не задумывался

**В какой степени ты готов к самостоятельной жизни (отметь галочкой тот ответ, который наилучшим образом отражает твое мнение):**

совершенно не готов

не готов

скорее готов, чем нет

готов

**НРАВИТСЯ ЛИ ТЕБЕ В ДОМЕ, КОТОРОМ ТЫ ЖИВЕШЬ  
(выбери один ответ)**

**Комната, в которой ты живешь**



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

**Одежда**



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет



Скорее не нравится



Очень не нравится

**Как к тебе относятся родители и другие взрослые члены семьи?**



Очень нравится



Скорее нравится



Что-то нравится,  
что-то нет

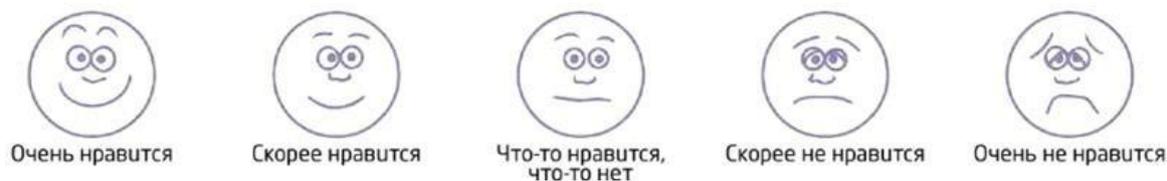


Скорее не нравится



Очень не нравится

### Как к тебе относятся другие дети?



### Ты доволен своей жизнью?



### Обработка и интерпретация результатов по анкете, раздел «Самочувствие»

При интерпретации данных учитывается суммарный балл по всем категориям.

*Субшкалы*

Пункты 1–13 – когнитивно-аффективная субшкала (С-А)

Пункты 14–21 – субшкала соматических проявлений депрессии (S-P)

*Отдельные симптомы*

Также возможно оценить отдельно выраженность 21 симптома депрессии:

1. Настроение
2. Пессимизм
3. Чувство несостоятельности
4. Неудовлетворенность
5. Чувство вины
6. Ощущение, что буду наказан
7. Отвращение к самому себе
8. Идеи самообвинения
9. Суицидальные мысли
10. Слезливость
11. Раздражительность
12. Нарушение социальных связей
13. Нерешительность
14. Образ тела
15. Утрата работоспособности
16. Нарушение сна
17. Утомляемость
18. Утрата аппетита
19. Потеря веса
20. Охваченность телесными ощущениями

## 21. Утрата либидо

**До 9 баллов** – удовлетворительное эмоциональное состояние – 4 балла.

**От 10 до 19 баллов** – легкая депрессия – 3 балла.

**От 19 до 22 баллов** – умеренная депрессия – 2 балла.

**Более 23 баллов** – тяжелая депрессия – 1 балл.

Уровень депрессии в 19 баллов считается клиническим нарушением; уровень выше

24 баллов указывает на необходимость терапии – возможно с применением антидепрессантов.

Показатель по каждой категории рассчитывается следующим образом: каждый пункт шкалы оценивается от 0 до 3 в соответствии с нарастанием тяжести симптома. Суммарный балл составляет от 0 до 62 и снижается в соответствии с улучшением состояния.

Нормативы:

0–4 – отсутствие;

4–8 – слабая депрессия;

8–12 – средняя депрессия;

12 и выше – сильная депрессия.

## **Экспресс-диагностика семейной атмосферы, семейного воспитания «МЕДОР» (Овчарова Р.В.)**

**Цель** – оценка семейной атмосферы, семейного воспитания в замещающей семье.

**Процедура проведения:** каждому родителю индивидуально выдается список вопросов – части первая и вторая, а также бланки ответов.

При заполнении части первой «Самодиагностика типового семейного состояния» замещающему родителю дается следующая инструкция: «Прочтите утверждения опросника. Если Вы, в общем, согласны с утверждением, то на бланке обведите кружком номер утверждения. Если ваш выбор затруднен, поставьте вопросительный знак. Помните, что вы характеризуете свое самочувствие в семье и старайтесь отвечать искренне».

При заполнении второй части «Самодиагностика родительского отношения к детям» замещающему родителю дается следующая инструкция: «Прочтите утверждения опросника. Если Вы с ними согласны, обведите кружком соответствующий номер ответа в бланке для ответов. Помните, что в опроснике нет правильных и неправильных ответов, постарайтесь ответить искренне, ведь речь идет о вашем отношении к детям».

### **Часть I. Самодиагностика типового семейного состояния**

Один ответ, обведенный кружком в бланке ответов, равен 1 баллу.

#### **Шкалы методики:**

**В** – чувство вины

**Т** – тревога

**Н** – нервно-психическое напряжение

**С** – общая семейная тревога

**Д/з** – значение, при котором состояние диагностируется.

При интерпретации методики в случае, если по шкале «Чувство вины» количество баллов равно или более 5, то диагностируется чувство вины обследуемого по отношению к семье.

Если по шкале «Тревога» количество баллов равно или более 5, то диагностируется чувство тревоги.

Если по шкале «Нервно-психическое напряжение» количество баллов равно или более 6, то диагностируется нервно-психическое напряжение.

Если по шкале «Общая семейная тревога» количество баллов равно или более 14, то делается вывод о наличии у обследуемого семейной тревоги.

### **Часть II. Самодиагностика родительских проблем и трудностей (Оценка субъективного благополучия родителя)**

#### **Инструментарий по оценке субъективного благополучия (В.Н. Ослон)**

Уровни оценки и сферы благополучия

Критерий	Номер вопроса	Уровень субъективного благополучия родителя		
		высокий	средний	низкий
Оценка своих умений	1	1, 2 вопросы	3,4 вопросы	5, 6 вопросы
Оценка своей	2	4, 5 вопросы	3 вопрос	1, 2 вопросы

эффективности родителя. Отношение к себе (самоуважение, самоуничижение)	как	6	1, 2 вопросы	3 вопрос	4, 5 вопросы
		7	1, 2 вопросы	3 вопрос	4 вопрос
Жизнестойкость (вовлеченность, контроль, принятие риска)		8	1, 2 вопросы	3, 4 вопросы	5 вопрос
Жизнь в семье (здоровье, безопасность, знание прав, учет мнения, стабильность, личная история, нормализация жизни, удовлетворенность отдельными сторонами жизни, отношение к будущему)		3	1, 2 вопросы	3, 4 вопросы	5 вопрос
Общая удовлетворенность жизнью		4	1, 2 вопросы	3, 4 вопросы	5 вопрос
		5	1, 2 вопросы	3 вопрос	4, 5 вопросы

### Бланк методики для заполнения замещающим родителем

#### Опросник «МЕДОР» (Р.В. Овчарова)

#### I часть

**Инструкция:** прочтите утверждения опросника. Если вы согласны с утверждением, то на бланке обведите кружком номер утверждения. Если ваш выбор затруднен, поставьте рядом с номером вопросительный знак. Помните, что вы характеризуете свое самочувствие в семье и старайтесь отвечать искренне.

1. Знаю, что члены моей семьи часто бывают недовольны мной.
2. Чувствую, как бы я ни поступил(-а), все равно будет не так.
3. Я многое не успеваю сделать.
4. Так получается, что именно я оказываюсь виноват(-а) во всем, что случается в моей семье.
5. Часто я чувствую себя беспомощным (беспомощной).
6. Дома мне часто приходится нервничать.
7. Когда я попадаю домой, я чувствую себя неуклюжим (неуклюжей) и неловким (неловкой).
8. Некоторые члены моей семьи считают меня бестолковым (бестолковой).
9. Когда я дома, все время из-за чего-нибудь переживаю.
10. Часто я чувствую на себе критические взгляды членов моей семьи.
11. Иду домой и с тревогой думаю, что еще случилось в мое отсутствие.
12. Дома у меня постоянное ощущение, что надо еще многое сделать.
13. Нередко чувствую себя лишним (лишней).
14. Дома у меня такое положение, что просто опускаются руки.
15. Дома мне постоянно приходится сдерживаться.
16. Мне кажется, что если бы вдруг я исчез(-ла), то никто бы этого не заметил.
17. Идешь домой, думаешь, что будешь делать одно, а приходится делать совсем другое.
18. Как подумаю о семейных делах, начинаю волноваться.

19. Некоторым членам моей семьи бывает неудобно из-за меня перед друзьями и знакомыми.

20. Часто бывает: хочу сделать хорошо, но оказывается, что вышло плохо.

21. Много у нас в семье мне не нравится, но я стараюсь этого не показывать.

Номер утверждения							Сумма баллов	Шкалы	Д/з
1	4	7	10	13	16	19		В	5
2	5	8	11	14	17	20		Т	5
3	6	9	12	15	18	21		Н	6
<b>Всего:</b>								С	14

## II часть

**1. Оцените, пожалуйста, насколько серьезные трудности Вы испытываете в воспитании детей, принятых в Вашу семью?**

1. Проблем почти никогда не бывает.
2. Бывают изредка небольшие проблемы, которые успешно решаются.
3. Проблемы бывают иногда, существуют трудности в их решении.
4. Проблемы бывают часто, требуются большие усилия по их разрешению.
5. Проблемы бывают постоянно, решить многие из них слишком сложно.
6. Проблемы настолько серьезны, что вызывают желание прекратить опеку ребенка. Насколько часто у Вас возникает потребность при воспитании детей в помощи специалистов?

	Несколько раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в 3 месяца	1 раз в год	Реже, чем 1 раз в год
Специалистов органов опеки и попечительства	1	2	3	4	5
Психологов	1	2	3	4	5
Педагогов	1	2	3	4	5
Медиков	1	2	3	4	5
Юристов	1	2	3	4	5

**2. Как Вы считаете, за последнее время Ваше здоровье:**

1. Улучшилось.
2. Стало немного лучше.
3. Осталось прежним.
4. Стало немного хуже.
5. Ухудшилось.

**3. Как Вы считаете, за последнее время Ваши семейные отношения:**

1. Улучшились.
2. Стали немного лучше.
3. Осталось прежними.
4. Стали немного хуже.
5. Ухудшились.

**4. Как Вы считаете, за последнее время материальное положение в Вашей семье:**

1. Улучшилось.
2. Стало немного лучше.

3. Осталось прежним.
4. Стало немного хуже.
5. Ухудшилось.

**6. Как Вы считаете, за последнее время отношения с ребенком:**

1. Стали лучше.
2. Стали немного лучше.
3. Остались прежними.
4. Стали немного хуже.
5. Стали хуже.

**7. Бывало ли так, что Вы чувствовали, что не могли понять ребенка:**

1. Никогда не чувствовали это.
2. Очень редко.
3. Иногда.
4. Все чаще и чаще.

**8. Возникало ли у Вас желание отказаться от опеки ребенка:**

1. Никогда.
2. Очень редко.
3. Иногда.
4. Часто.
5. Очень часто.

**9. Если бы Вам предложили взять на воспитание ребенка-сироту:**

1. Вы бы согласились.
2. Вы бы согласились принять ребенка, только при соблюдении определенных условий.
3. Вы бы не стали брать ребенка на воспитание, поскольку вам не позволяют объективные условия.
4. Вы бы не согласились.
5. Затрудняюсь ответить.

## Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «ДОМИКИ»

### Задание № 1

3	1	5	4	2	0	6	7

### Задание № 2

#### ВАШИ ЧУВСТВА

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

### Задание № 3

#### ВАШЕ НАСТРОЕНИЕ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

### Обработка результатов по методике «Домики»

#### Описание

Каждому цвету присвоено определенное число: 1 – синий, 2 – зеленый, 3 – красный,

4 – желтый, 5 – фиолетовый, 6 – коричневый, 7 – черный и 8 (0) – серый.

Для проведения методики необходимы следующие материалы: лист ответов; восемь цветных карточек (по Люшеру): синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный.

**Процедура тестирования** напоминает занимательную игру и состоит из трех заданий: ранжирование цветов по степени предпочтения каждого цвета, подбор подходящего цвета к эмоциональной категории, подключение цвето-ассоциативного ряда эмоций ребенка к различным видам деятельности.

**Инструкция:** сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. **Найдите в своем листочке задание № 1.** Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

**Найдите задание № 2.** Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберете к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который, по-вашему, подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим. **Список слов:** счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Слова предъявляются в точной последовательности.

Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.

**Найдите задание № 3.** В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живете Вы сами.

Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

*Обозначения домиков:*

№ 1 – живете ТЫ САМ

№ 2 – твое настроение, когда ты общаешься с мамой

№ 3 – твое настроение, когда тебя ругают

№ 4 – твое настроение, когда ты идешь в школу

№ 5 – твое настроение, когда ты делаешь уроки

№ 6 – твое настроение, когда ты общаешься с одноклассниками в школе

№ 7 – твое настроение, когда ты думаешь о будущем

№ 8 – твое настроение, когда ты находишься дома один

№ 9 – твое настроение, когда ты находишься дома вместе со своей семьей

№ 10 – твое настроение, когда ты гуляешь на улице.

После того, как ребенок скажет, кто живет в последнем домике, на ответном листе делается соответствующая пометка.

### **Обработка результатов**

Процедура обработки начинается с задания № 1. Вычисляется вегетативный коэффициент по формуле:

$$VK = (18 - \text{место красного цвета} - \text{место желтого цвета}) / (18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета}).$$

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется по показателям.

**0–0,5** – хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка.

**0,51–0,91** – компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.

**0,92–1,9** – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

**Свыше 2,0** – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия.

Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным.

Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

**больше 20** – преобладание отрицательных эмоций: у ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания, имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно;

**10–18** – эмоциональное состояние в норме: ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет;

**менее 10** – преобладание положительных эмоций: ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания № 2 и 3, по сути, расшифровывают эмоциональную сферу ребенка и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

**Задание № 2** характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций: в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные – коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

«счастье – горе» – блок базового комфорта;

«справедливость – обида» – блок личностного роста;

«дружба – ссора» – блок межличностного взаимодействия;

«добродота – злоба» – блок потенциальной агрессии;

«скука – восхищение» – блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций: например, и счастье, и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории, и насколько далеко стоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание № 1).

**В задании № 3** отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, социальному окружению, школьной деятельности, одноклассникам.

Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере ребенок раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом.

Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций, скорее всего, будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности.

## Методика «Оценка функционального состояния замещающей семьи»

Оценка предназначена для определения уровня риска отказа семьи от воспитания приемного ребенка, социально-психологического состояния семьи, отслеживания социально-психологических изменений в семье, в том числе в период адаптации.

Оценку может заполнять любой специалист, ее преимуществом является простота проведения и отсутствие требований к специальным психологическим знаниям.

Ответы оцениваются в баллах и легко обрабатываются.

### Осуществление диагностического обследования

Оценка функционального состояния семьи определяется на основании диагностических критериев. Оценивание диагностических критериев предполагает использование комплекса методов, таких как наблюдение, анкетирование, интервьюирование, анализ документов.

### Оценка параметров функционального состояния семьи

№ п/п	Оцениваемый параметр	Содержание параметра
<b>1.</b>	<b>Привязанность матери к ребенку</b>	
1.1.	Эмоциональная заинтересованность при рассказе о ребенке (+1)	Родитель рассказывает о ребенке с эмоциями, сочувствуя ему. Родителю ребенок нравится таким, какой он есть. Он уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему
1.2.	Эмоционально-негативная реакция, жалобы при рассказе о ребенке, отвержение (-1)	Родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым, по большей части испытывает к ребенку злость, досаду
1.3.	Информированность об интересах ребенка (+1)	Родитель знает увлечения, интересы ребенка
1.4.	Проблемы семьи связывает с ребенком (-1)	Родитель видит причиной всех сложностей в семье ребенка, его поступки и поведение
<b>2.</b>	<b>Сколько времени проводит с ребенком</b>	
2.1.	Уделяет внимание ежедневно (+1)	Родитель ежедневно совершает совместные прогулки с ребенком, беседует с ребенком, играет, читает книги, занимается и др.
2.2.	Активно интересуется жизнью ребенка, помогает ему (+1)	Родитель знает друзей ребенка, помогает решать конфликты со сверстниками, учителями оказывает помощь в выполнении домашних заданий
2.3.	Не контролирует поведение ребенка (-1)	Наблюдается отсутствие запретов и предписаний, начиная от малой степени попустительства и вплоть до полной неспособности родителей совладать с чувствами детей. Здесь допускаются полная активность и самостоятельность ребенка, отсутствуют порицания и наказания. Родители во всем идут навстречу и нередко потакают неадекватным, с позиции здравого смысла, желаниям и требованиям (капризам) детей
2.4.	Ребенок предоставлен сам себе (-1)	Проявляется в недостатке опеки и контроля со стороны родителя, приводящего иногда к полной безнадзорности. Часто это сочетается с отвержением ребенка
<b>3.</b>	<b>Пользуется расположением ребенка</b>	

3.1.	Конфликты с ребенком возникают редко (+1)	
3.2.	Ребенок обращается за советом и помощью (+1)	
3.3.	Пользуется авторитетом у ребенка (+1)	
3.4.	Рассматривается как источник материальных благ (-1)	
<b>4.</b>	<b>Влияет на ребенка</b>	
4.1.	Наличие общих интересов (+1)	И родитель, и ребенок любит ухаживать за животными, растениями, готовить еду, кататься на роликах, коллекционировать, читать один ЖАНР
4.2.	Наличие совместной деятельности (+1)	Родители и дети проводят совместно время (спортивные мероприятия, совместный просмотр познавательных, развлекательных программ, прогулки, игры), при этом данные интересы и досуг вызывает совместные эмоции и сопереживания
4.3.	Есть распределение обязанностей в семье (+1)	
4.4.	Существуют правила, и ребенок их выполняет (+1)	
<b>5.</b>	<b>Социальная адаптация ребенка</b>	
5.1.	Развитие навыков самообслуживания, соответствующих возрасту (+1)	
5.2.	Посещение образовательного учреждения(+1)	Ребенок регулярно посещает школу, детский сад
5.3.	Посещение учреждений дополнительного образования, спортивных и иных (+1)	Ребенок посещает кружки, спортивные секции и др.
5.4.	Изоляция от социального окружения (-1)	У ребенка нет друзей, нет общения с родственниками, семья не ходит в гости. Ребенок жалуется, что с ним никто не играет
5.5.	Курение (-1)	Ребенок курит
5.6.	Алкоголизация (-1)	Ребенок употребляет спиртные напитки
5.7.	Девиантное поведение (-1)	Ребенок уходит из дома без разрешения родителей, бродяжничает, ворует, обманывает
<b>6.</b>	<b>Особенности общения с детьми</b>	
6.1.	Конфликтные (-1)	Конфликтные отношения можно наблюдать в следующих реакциях детей: оппозиция, неподчинение требованиям родителей, изоляция (стремления избежать нежелательных контактов с родителями, скрыть информацию и действия). Родитель часто демонстрирует возникающую раздражительность, злорадство, холодность по отношению к ребенку, избегание телесного контакта с ним. Ребенок со своей стороны также демонстрирует ответное раздражение
6.2.	Нейтральные (-1)	Взаимодействия между ребенком и родителем характеризуется тем, что родитель отстраненный, холодный, ребенок – инициативный, слушающий. Наблюдается избегание телесного контакта в детско-родительской диаде. Со стороны родителя – отсутствие сопереживания, холодность. Реакции родителя при неуспехе: акцентирование неудач, критика, раздражение, уничтожение личности ребенка, при успехе – достаточно безразличное отношение

6.3.	Доброжелательные (+1)	При данном взаимодействии наблюдается взаимопонимание и согласованность позиций в детско-родительской диаде. Общение строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Родитель использует местоимение «мы», обращается к ребенку по имени. Наблюдается проявления эмоционального принятия и симпатии
<b>7.</b>	<b>Фон настроения</b>	
7.1.	Сниженный (-1)	Ребенок вялый, заторможенный, капризный, плаксивый, подавленный, отсутствие желания общаться
7.2.	Нейтральный(+1)	Ребенок проявляет настроение без выраженной положительной или отрицательной окраски
7.3.	Повышенный (-1)	Ребенок жизнерадостный, бодрый, оптимистичный, проявляет двигательное и речевое возбуждение
<b>8.</b>	<b>Уровень тревожности</b>	
8.1.	Адекватный ситуативный (+1)	Характеризуется ощущением напряжения, беспокойства, мрачными предчувствиями. Такое состояние возникает, когда ребенок воспринимает ситуацию как несущую в себе элементы опасности, актуальную или потенциальную угрозу. В поведении тревога проявляется в общей дезорганизации деятельности, в нарушении ее целенаправленности и продуктивности
8.2.	Повышенный (-1)	У дошкольников проявляется в повышенном беспокойстве, плаксивости, плохом сне, аппетите, наличии страхов. У школьников: тревожность может проявляться постоянной подавленностью, настороженностью, сложностью в установлении контактов, враждебным восприятием мира, мрачным взглядом на окружающее
8.3.	Отсутствует (-1)	Все вышеперечисленное отсутствует
<b>9.</b>	<b>Особенности поведения</b>	
9.1.	Расторможенное (-1)	Дети не могут усидеть на месте, в школе они постоянные возмутители спокойствия, и это воспринимается как хулиганство. Нежелание подчиняться элементарным правилам поведения. Внимание такого ребенка каждую минуту переключается с предмета на предмет
9.2.	Скованность, закрытость (-1)	Проявляется в трудностях познакомиться с новыми людьми, отрицательные эмоциональные состояния в ходе общения, трудности в выражении своего мнения, излишняя сдержанность, неумелое представление себя, скованность в присутствии других людей
9.3.	Агрессивное (-1)	Дети до 3 лет: могут кусаться, толкаться, плевать, бить других, кидаться предметами. С 3 до 5 лет: могут проявлять как физическую агрессию, так и вербальную
9.4.	Доброжелательность (+1)	Дети проявляют по отношению к членам семьи добрые, теплые чувства
<b>10.</b>	<b>Особенности контакта со специалистами</b>	

10.1	Неадекватная замкнутость, тревога (-1)	Проявляется в трудностях установления контакта со специалистом, отрицательные эмоциональные состояния в ходе общения, трудности в выражении своего мнения, излишняя сдержанность
10.2	Неадекватное дружелюбие (-1)	Ребенок проявляет социально – желательное, приятное поведение без учета ситуации – стремление удовлетворить требования других быть положительным и поддерживать положительное впечатление
10.3.	Протестные реакции (-1)	Реакции протеста бывают пассивными и активными. Пассивные реакции – это замаскированная враждебность, недовольство, обида на взрослого, утрата прежнего эмоционального контакта и стремление избегать общения с этим взрослым. Активные реакции проявляются в виде непослушания, грубости, вызывающего, агрессивного поведения в ответ на конфликт, неправильные методы воспитания, наказания, упреки, оскорбления
10.4.	Готовность к контакту и взаимодействию (+1)	Ребенок спокойно идет на контакт. Эмоционально открыт

### **Обработка результатов и интерпретация**

Каждый критерий, представленный в бланке Оценки, оценивается в баллах. Критерий получает балл (+1, -1, 0):

в случае, если семейная ситуация или поведение ребенка совпадает с критерием, то выставляется соответствующий балл (+1 либо -1);

в случае, если семейная ситуация или поведение ребенка не совпадает с критерием, то в бланке выставляется 0 (ноль).

Далее определяется сумма баллов по всем критериям. На основании суммарного балла определяется уровень риска отказа от воспитания ребенка:

<b>Состав семьи</b>	<b>Низкий уровень риска отказа от ребенка</b>	<b>Средний уровень риска отказа от ребенка</b>	<b>Высокий уровень риска отказа от ребенка</b>
Полная	40–35	35–10	Меньше 10
Неполная	26–21	21–5	Меньше 5

### **Низкий уровень риска отказа от ребенка**

В семье присутствует привязанность между родителем и ребенком, у родителей есть эмоциональная заинтересованность в ребенке, знание его интересов.

Родитель пользуется расположением и авторитетом, уделяет несовершеннолетнему достаточное количество внимания, способен позитивно влиять на него, обеспечивать основные потребности. Между членами семьи сложились доброжелательные отношения.

У ребенка диагностируется высокий уровень социальной адаптированности, развитые навыки самообслуживания. Подопечный регулярно посещает общеобразовательное учреждение, отсутствуют значимые проблемы, связанные с процессом обучения.

У ребенка позитивный фон настроения, низкий уровень тревоги, отсутствуют поведенческие проблемы, выражена готовность к контакту и взаимодействию со специалистами.

### Средний уровень риска отказа от ребенка

В семье присутствует привязанность между родителем и ребенком, у родителей есть эмоциональная заинтересованность в ребенке, знание его интересов.

Ребенку уделяется достаточное количество времени, родитель способен обеспечить основные потребности ребенка. В целом между членами семьи складываются доброжелательные отношения, но возможны эпизодические конфликтные ситуации.

Социальная адаптированность ребенка на среднем уровне. Могут быть выявлены сложные ситуации, возникшие в одной из областей – социальная адаптация ребенка, эмоционально-поведенческие особенности ребенка (повышение уровня тревоги, увеличение страхов, агрессивность, проблемы обучения, конфликты между членами семьи).

Данная категория семей включает профилактическую работу, работу по запросу.

### Высокий уровень риска отказа от ребенка

Диагностируется сочетание показателей: нарушения в отношениях привязанности, превалирование эмоционально-негативных реакций, частые жалобы при рассказе о ребенке, проблемы в семье родители связываются только с ребенком. Родителю сложно или невозможно контролировать поведение ребенка. Родитель не пользуется авторитетом у ребенка, не может влиять на его поведение, не может или не готов обеспечивать потребности ребенка, не ориентируются в его интересах.

У ребенка диагностирован низкий уровень социальной адаптированности – изоляция от социального окружения, курение, алкоголизация, девиантное поведение. Между членами семьи складываются конфликтные отношения, наличие друзей у опекаемого ребенка с социально-неодобряемым поведением. Внешне у ребенка наблюдается негативный фон настроения, расторможенность, скованность, агрессивность, высокий уровень тревоги, протестные реакции или излишняя доброжелательность. Данная категория семей требует экстренного вмешательства

## Бланк для заполнения по методике «Оценка функционального состояния замещающей семьи»

ФИО законного представителя \_\_\_\_\_

ФИО ребенка \_\_\_\_\_

Дата оценки \_\_\_\_\_

№ п/п	Блок	Параметры	Наличие
1.	Оценка функциональности семьи	<b>1.1. Участие матери в воспитании и содержании ребенка</b>	
		Мать совместно проживает с ребенком	Да/нет
		<b>Привязанность матери к ребенку:</b> - эмоциональная заинтересованность при рассказе о ребенке (+1); - эмоционально-негативная реакция, жалобы при рассказе о ребенке, отвержение (-1); - информированность об интересах ребенка (+1); - проблемы семьи связывает с ребенком (-1)	

Суммируются показатели, при 1 балле диагностируется привязанность	
<b>Сколько времени проводит с ребенком:</b> - уделяет внимание ежедневно (+1); - активно интересуется жизнью ребенка, помогает ему (+1); - не контролирует поведение ребенка (-1); - ребенок предоставлен сам себе (-1)	
Суммируются показатели, при 1 балле уделяет ребенку время	
<b>Пользуется расположением ребенка:</b> - конфликты с ребенком возникают редко (+1); - ребенок обращается за советом и помощью (+1); - пользуется авторитетом ребенка (+1); - рассматривается как источник материальных благ (-1)	
Суммируются показатели, при 2 баллах пользуется расположением	
<b>Влияет на ребенка:</b> - наличие общих интересов (+1); - наличие совместной деятельности (+1); - есть распределение обязанностей в семье (+1), существуют правила, ребенок их выполняет (+1)	
Суммируются показатели, при 2 баллах диагностируется наличие влияние на ребенка	
<b>Способна обеспечить основные потребности ребенка:</b> - наличие оборудованного пространства с учетом возраста и состояния здоровья ребенка (+1); - наличие игрушек, соответствующих возрасту (+1); - наличие книг и иных развивающих материалов (+1)	
Суммируются показатели, при 2 баллах диагностируется способность обеспечить основные потребности ребенка	
<b>1.2. Участие отца в воспитании и содержании ребенка</b>	
<b>Отец совместно проживает с ребенком</b>	Да/нет
<b>Привязанность отца к ребенку:</b> - эмоциональная заинтересованность при рассказе о ребенке (+1) - эмоционально-негативная реакция, жалобы при рассказе о ребенке, отвержение (-1); - информированность об интересах ребенка (+1); - проблемы семьи связывает с ребенком (-1)	
Суммируются показатели, при 1 балле диагностируется привязанность	
<b>Сколько времени проводит с ребенком:</b> - уделяет внимание ежедневно (+1); - активно интересуется жизнью ребенка, помогает ему (+1); - не контролирует поведение ребенка (-1); - ребенок предоставлен сам себе (-1)	
Суммируются показатели, при 1 балле уделяет	

		ребенку время	
		<b>Пользуется расположением ребенка:</b> - конфликты с ребенком возникают редко (+1); - ребенок обращается за советом и помощью (+1); - пользуется авторитетом ребенка (+1); - рассматривается как источник материальных благ (-1)	
		Суммируются показатели, при 2 баллах пользуется расположением	
		<b>Влияет на ребенка:</b> - наличие общих интересов (+1); - наличие совместной деятельности (+1); - есть распределение обязанностей, в семье (+1) - существуют правила, и ребенок их выполняет (+1)	
		Суммируются показатели, при 2 баллах диагностируется наличие влияние на ребенка	
		<b>Способен обеспечить основные потребности ребенка:</b> - наличие оборудованного пространства с учетом возраста и состояния здоровья ребенка (+1); - наличие игрушек, соответствующих возрасту (+1); - наличие книг и иных развивающих материалов (+1)	
		Суммируются показатели, при 2 баллах диагностируется способность обеспечить основные потребности ребенка	
2.	<b>Социальная адаптация ребенка</b>	Развитие навыков самообслуживания, соответствующих возрасту (+1)	
		Посещение образовательных учреждений (+1)	
		Посещение учреждений дополнительного образования, спортивных и иных (+1)	
		Регулярность посещения учреждений (+1)	
		Изоляция от социального окружения (-1)	
		Курение (-1)	
		Алкоголизация (-1)	
		Девииантное поведение (-1)	
		Суммируются показатели, при 3 баллах диагностируется социальная адаптация	
3.	<b>Отношения, сложившиеся между членами семьи</b>	<b>Особенности общения с детьми:</b> - конфликтные (-1); - нейтральные (дистантные) (-1); - доброжелательные (+1)	
		<b>Наличие значимого окружения:</b> - наличие друзей с социально одобряемым поведением (+1); - наличие друзей с социально не одобряемым поведением (-1); - наличие значимого поддерживающего взрослого (+1)	
		Суммируются показатели, при 2 баллах диагностируется позитивные отношения	

4.	Эмоциональные и поведенческие особенности ребенка	<b>Фон настроения:</b> - сниженный (-1); - нейтральный (+1); - повышенный (-1)	
		<b>Уровень тревожности:</b> - адекватный ситуативный(+1); - повышенный(-1); - отсутствует (-1)	
		<b>Особенности поведения:</b> - расторможенное (-1); - скованность, закрытость (1); - агрессивное (-1); - доброжелательность (+1)	
		<b>Особенности контакта со специалистами:</b> - неадекватная замкнутость/тревога (-1); - неадекватное дружелюбие (-1); - протестные реакции (-1); - готовность к контакту и взаимодействию (+1)	
		<b>Суммируются показатели</b>	
<b>Общая сумма баллов</b>			

## Опрос детей и родителей в замещающих семьях (по Гильманову С.А., вариант для детей)

**Цель** – оценка психологического состояния детей.

**Инструкция:** ответьте на вопросы «Да», «Нет», «Не знаю».

№	Содержание	Да	Нет	Не знаю
1.	Мне нравится там, где я живу			
2.	Это настоящий дом			
3.	У меня есть свое место в доме			
4.	Я могу говорить то, что думаю			
5.	У меня есть друзья			
6.	Взрослые обращаются со мной прекрасно			
7.	Взрослые прислушиваются к тому, что я говорю			
8.	Обо мне хорошо заботятся			
9.	Я часто чувствую себя несчастным			
10.	Я часто предаюсь грустным размышлениям			
11.	Я не люблю большого скопления людей			
12.	Несправедливости в мире больше, чем справедливости			
13.	Я часто злюсь			
14.	Я думаю, что живу неправильно			
15.	Плохих людей на свете больше, чем хороших			
16.	Мне нравится помогать другим			
17.	Мои успехи или неуспехи, от меня не зависят			
18.	Я могу многого добиться в жизни			
19.	У меня бывают такие моменты, что не хочется жить			
20.	Обычно мне бывает трудно уснуть из-за разных мыслей			
21.	У меня есть человек, которого я люблю и которому полностью доверяю			

## Анкета «Ребенок глазами родителей» (Щедринская О.М.)

**Цель** – оценка психоэмоционального и социального развития ребенка.

**Инструкция:** под каждым вопросом есть шкала с цифрами от 1 до 3. На шкале необходимо отметить уровень развития этого качества у ребенка в настоящее время.

- 1 – полное отсутствие данного качества;
- 2 – средняя выраженность качества;
- 3 – максимально выражено (или полное согласие с утверждением).

1. Как Вам кажется, в какой степени соответствует ваш ребенок так называемым «возрастным нормам» 1 2 3	9. Оцените качество взаимодействия с членами семьи 1 2 3
2. Оцените уровень психического развития 1 2 3	10. Оцените качество взаимодействия с учителями 1 2 3
3. Оцените уровень физического развития 1 2 3	11. Оцените такой навык, как умение слушать других людей 1 2 3
4. Оцените уровень развития логического мышления 1 2 3	12. Оцените уровень развития самоконтроля поведения 1 2 3
5. Оцените развитие памяти у вашего ребенка 1 2 3	13. Оцените умение контролировать свои эмоции 1 2 3
6. Оцените уровень развития коммуникативных навыков 1 2 3	14. Оцените степень спокойствия, эмоциональности ребенка (1 – не проявляет своих эмоций, 3 – крайне эмоционален) 1 2 3
7. Оцените умение следовать общепринятым правилам поведения 1 2 3	15. Оцените уровень самостоятельности, навыков самообслуживания 1 2 3
8. Оцените наличие такого качества как импульсивность 1 2 3	16. Оцените степень уверенности в себе 1 2 3

## Анкета «Динамика развития ребенка в замещающей семье» (вариант для родителей)

**Цель** – отследить динамику развития ребенка в замещающей семье.

**Инструкция:** перед Вами список особенностей, характеризующих те или иные проявления ребенка. Отметьте, пожалуйста, те черты, которые Вы замечали у приемного ребенка в первые месяцы жизни в Вашей семье, а также те из них, которые наблюдаются и в настоящее время.

Особенности приемного ребенка	В первые месяцы	В настоящее время
Поверхностно заинтересованный, но обаятельный ребенок		
Неразборчиво проявляет нежность к чужим людям		
Причиняет вред себе, другим, предметам		
Отстает в развитии		
Избегает смотреть в глаза (со слов родителей)		
Не обнимается с родителями		
Жестоко обращается с животными, братьями / сестрами		
С трудом понимает причины и последствия (поведения, событий)		
Мало взаимодействует со сверстниками		
Слишком требовательный и прилипчивый		
Ворует или врет		
Недостаточно совестлив		
Упорно задает бессмысленные вопросы или непрерывно болтает		
Плохо контролирует свои порывы, побуждения		
Неправильно строит свою речь		
Борется за возможность все контролировать		
Запасает пищу или объедается ею		
Поглощен огнем, видом крови (свежей или запекшейся)		

## Методика «Цветовой тест отношений» (Эткинд А.)

**Цель** – оценить характер отношений детей и подростков с родителями.

**Процедура проведения:** психолог с ребенком составляет список лиц, представляющих непосредственное окружение несовершеннолетнего, а также список понятий, имеющих для него существенное значение (конкретная форма списка зависит от контекста, личности и возраста).

Для детей список понятий может быть таким: мать; отец; брат (сестра); бабушка (дедушка) либо другие лица, с которыми общается ребенок; моя учительница (воспитательница); мой друг; я сам; каким я хочу стать; мое настроение дома; мое настроение в детском саду (в школе) и т.д.

Перед ребенком на белом фоне в случайном порядке раскладываются цвета.

**Инструкция:** подберите к каждому из людей и понятий, которые я буду зачитывать, подходящие цвета. Выбранные цвета могут повторяться.

После завершения ассоциативной процедуры цвета ранжируются (выбираются) испытуемым в порядке предпочтения, начиная с «самого» красивого, привлекательного для глаза» и кончая «самым некрасивым, неприятным».

**Интерпретация:** чем выше уровень эмоциональной привлекательности, близости, симпатии в отношении ребенка к тому или другому родителю, тем с более предпочитаемым цветом он ассоциируется. Напротив, отвергаемый родитель ассоциируется с цветами, получившими наибольшие ранги в индивидуальной цветовой раскладке. Диагностически значимым является не только ранг цвета, с которым ребенок ассоциирует кого-либо из родителей, но и сам этот цвет. Так, ассоциация с красным обычно указывает на доминантность отца или активную, импульсивную мать. Ассоциация с зеленым говорит о достаточно жестких отношениях в семье и может быть признаком родительской гиперопеки. Ассоциация с серым свидетельствует о непонимании и отгороженности ребенка от отца или матери.

Интересные результаты дает анализ цветового самообозначения ребенка – того цвета, с которым он ассоциирует сам себя. Чем меньше ранг этого цвета в раскладке, тем выше уверенность ребенка в себе, его самоуважение.

Совпадение цветов, с которыми ребенок ассоциирует сам себя и одного из родителей, свидетельствует о наличии сильной связи с ним, значимости процесса идентификации. Существенно, где в цветовой раскладке находится цвет самообозначения – перед цветами, с которыми ассоциируются родители (я – хороший, они – плохие), после них (я – плохой, они хорошие) или между ними (отношения диссоциированы).

## **Мониторинг развития ребенка в замещающей семье**

(М.В. Пичугина (Капилина), Т.Д. Панюшева //

Методические рекомендации по реабилитационной работе с ребенком, оставшимся без попечения родителей, в системе семейного устройства)

**Цель** – лонгитюдное наблюдение и анализ динамики психоэмоционального и социального развития несовершеннолетнего в замещающей семье.

Критерии оценки: психическое здоровье, невротические проявления, самовосприятие, школьная, социальная, семейная адаптация.

### **Психическое здоровье**

0 – психическое заболевание, умственная отсталость тяжелой степени;

1 – умственная отсталость легкой степени и / или пограничные личностные расстройства;

2 – задержка психического развития, социально-педагогическая запущенность, негрубые поведенческие нарушения;

3 – норма.

### **Невротические проявления**

0 – психосоматические проявления (энурез, энкопрез, заикание, тремор, нервные тики);

1 – аффективные вспышки, нарушение сна, аппетита, сосание пальцев, раскачивание, телесная зажатость;

2 – эмоциональная неустойчивость, немотивированные перепады настроения, эмоциональная истощаемость;

3 – отсутствие невротических проявлений, эмоциональная стабильность.

### **Самовосприятие**

0 – негативное самовосприятие, аутоагрессия, агрессия, направленная на окружающих, деструктивное поведение;

1 – неадекватная самооценка (сильно завышенная или заниженная), неустойчивая, размытая идентичность;

2 – неустойчивая самооценка, неуверенность в своих силах, ситуативная зависимость самооценки от мнения окружающих при сохраняющейся потребности в позитивном самоотношении, доверие к окружающим людям сохраняется, фрагментарные представления о себе;

3 – адекватная, позитивная самооценка, уверенность в своих силах, доверие к окружающим, устойчивая идентичность.

### **Школьная адаптация**

0 – школьная дезадаптация (отсутствие необходимых школьных знаний, неувоенность правил поведения и отношений в школе);

1 – возможно посещение общеобразовательной школы, низкий уровень знаний, учебная мотивация, плохая успеваемость, поведенческие проблемы;

2 – неустойчивая учебная мотивация, успеваемость на нижнем базовом уровне, позитивные взаимоотношения со взрослыми и детьми в школе;

3 – успешность в освоение знаний, устойчивая учебная мотивация, позитивные взаимоотношения с учителями и детьми.

### **Семейная адаптация**

0 – семья отказывается от воспитания ребенка, либо ребенок отказывается от проживания в семье дезорганизованность семейной системы, нарушение коммуникации внутри семьи и с социальным окружением, частые конфликты, последствия травматических событий в семье, отсутствие или потеря

контроля над воспитанием, обучением и поведением ребенка;

1 – типичные нормативные кризисы ребенка в семье;

2 – нет изменений в структуре и функционировании семьи в коммуникации внутри семьи.

Семья принимает ребенка таким, какой он есть: ребенок идентифицирует себя с семьей.

#### **Социальная адаптация**

0 – социальная дезадаптация, трудности налаживания и поддержания контактов, отсутствие стабильных дружеских отношений, неприятие социальных норм и правил, деструктивное поведение, низкая успеваемость, негативные представления о своем социальном будущем;

1 – недостаточные знания и уровень усвоения социальных норм, неумение им следовать, неадекватность поведения, проблемы с самообслуживанием, школьная неуспеваемость;

2 – знание и желание следовать социальным нормам, но неровное социальное поведение, трудности в учебе, недостаточная учебная мотивация, желание иметь друзей, но трудности в установлении отношений, позитивные, но нечеткие представления о будущем;

3 – знание и принятие социальных норм и правил, адекватность поведения, контактность, стабильные отношения с друзьями, наличие постоянных привязанностей, школьная успеваемость, позитивные представления о будущем.

**Интерпретация:** каждый показатель оценивается по 4-х балльной системе, где 0 – самая тяжелая степень нарушений, а 3 – норма. Положительная динамика выражается восходящим графиком.

Исследование проводится 1–2 раза в год.

#### **Бланк мониторинга развития ребенка в замещающей семье**

Диагностика	Психическое здоровье	Невротические проявления	Самовосприятие	Школьная адаптация	Семейная адаптация	Социальная адаптация
I						
II						
III						

## Определение динамики психоэмоционального и социального развития ребенка

Ф.И.О. родителя \_\_\_\_\_

Ф.И. приемного ребенка \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Возраст ребенка \_\_\_\_\_

**Инструкция:** перед Вами список особенностей, характеризующих те или иные проявления ребенка. Отметьте, пожалуйста, те черты, которые Вы замечали у приемного ребенка в первые месяцы жизни в Вашей семье, через полгода жизни в Вашей семье, через год жизни в семье, а также те из них, которые наблюдаются и в настоящее время.

Особенности приемного ребенка	В первые месяцы	Через 6 месяцев	Через 1 год	В настоящее время
Поверхностно заинтересованный, но обаятельный ребенок				
Неразборчиво проявляет нежность к чужим людям				
Причиняет вред себе, другим, портит предметы				
Отстает в развитии				
Избегает смотреть в глаза взрослым				
Не проявляет желания обниматься с родителями				
Жестко обращается с животными, а также с братьями/ сестрами				
С трудом понимает причины и последствия поступков, событий				
Мало взаимодействует со сверстниками, не стремится к взаимодействию				
Слишком требовательный и прилипчивый				
Ворует или врет				
Недостаточно совестлив				
Упорно задает бессмысленные вопросы или непрерывно болтает				
Плохо контролирует свои порывы, побуждения				
Неправильно строит свою речь				
Борется за возможность все контролировать				
Запасает пищу или объедается ею				
Получает удовольствие от вида крови, огня				

## **Методика «Шкала привязанностей ребенка к членам своей семьи» (Шапарь В.Б.)**

**Цель** – изучение уровня привязанности ребенка к членам замещающей семьи

**Инструкция:** ребенка просят закончить предложения.

**Если бы я был (а) волшебником, то...**

1. Я бы никогда не расставался (лась) с (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой, со своими родственниками).
2. Я бы ходил (а) по пятам невидимкой за (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой, со своими родственниками).
3. Я бы придумывал (а) сны, где всегда был (а) бы (мама, папа, брат, сестра, дедушка, бабушка, мои родственники).
4. Я бы поделился (лась) своим волшебством с (мамой, папой, братом, сестрой, дедушкой, бабушкой, со своими родственниками).
5. Я бы подарил (а) необычный подарок (маме, папе, брату, сестре, дедушке, бабушке, своими родственникам).
6. Я бы создал (а) сказочную машину для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки, своих родственников).
7. Я бы построил (а) самый красивый дворец для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки, своих родственников).
8. Я бы взял (а) с собой на сказочный необитаемый остров (маму, папу, брата, сестру, дедушку, бабушку, своих родственников).
9. Я бы испек (ла) самый вкусный пирог для (мамы, папы, брата, сестры, дедушки, бабушки, своих родственников).
10. Я бы одел (а) в самый лучший наряд (маму, папу, брата, сестру, дедушку, бабушку, своих родственников).

**Интерпретация результатов:** после ответов ребенка на все 10 пунктов подсчитайте общее количество выборов каждого члена семьи.

Для легкости подсчета приравняйте одну выборку к одному баллу. Проранжируйте эти выборки. Как правило, член семьи, набравший наибольшее количество баллов, является членом семьи, к которому больше всего привязан ребенок. Член семьи, набравший наименьшее количество баллов или не набравший ни одного балла, чаще всего является источником дискомфорта ребенка в семье.

## Диагностика сформированности навыков самостоятельной жизни

**Цель** – оценка готовности подростка к самостоятельной жизни.

**Инструкция:** в карте обозначены показатели жизненного самоопределения и даны краткие характеристики этих показателей в зависимости от уровня их сформированности у подростка (низкий, средний и высокий уровни).

Исследование может проводить специалист по социальной работе, социальный педагог, психолог. Преимуществом данной методики является простота заполнения и критериальность показателей, обозначенных в специальном бланке.

Уровню показателя соответствуют баллы: 1 – низкому, 2 – среднему, 3 – высокому уровню.

### Бланк оценки сформированности навыков самостоятельной жизни

№ п/п	Критерии и уровневые показатели	Баллы
<b>Физическая готовность (культура здорового образа жизни)</b>		
<b>1.</b>	<b>Ориентация на сохранение своего здоровья</b>	
1.1.	Не думает о своем здоровье, не стремится его сохранить; есть вредные привычки	1
1.2.	Иногда задумывается о своем здоровье, в будущем хочет быть здоровым, красивым и т.п.; возможно имеет вредные привычки.	2
1.3.	Заботится о своем здоровье; здоровье для него один из важнейших приоритетов; отсутствуют вредные привычки	3
1.4.	<b>Педагогическая готовность (компетентность в учебной деятельности)</b>	
<b>2.</b>	<b>Отношение к учебе, ориентация на повышение образования</b>	
2.1.	Отсутствует желание учиться и повышать свой образовательный уровень	1
2.2.	Отсутствует желание учиться, но есть убеждение в необходимости повышать свое образование	2
2.3.	Любит учиться, ориентирован на повышение своего образовательного уровня	3
2.4.	<b>Социальная готовность (компетентность в сфере социально-правовых отношений, компетентность в сфере семейных отношений)</b>	
<b>3.</b>	<b>Наличие знания о своих правах и обязанностях</b>	
3.1.	Представления о своих правах и обязанностях не сформированы; отсутствуют знания о системе социальных гарантий выпускникам детских интернатных учреждений	1
3.2.	Сформированы знания о своих правах, обязанностях и льготах, однако отсутствует ориентация на их реализацию в реальной жизни	2
3.3.	Сформирован достаточный уровень знаний о своих правах, обязанностях, социальных гарантиях детям-сиротам, готовность их реализовывать в будущей самостоятельной жизни	3
<b>4.</b>	<b>Ориентация в системе социальных учреждений (почта, банк, поликлиника и т.п.)</b>	
4.1.	Плохо ориентируется в системе социальных учреждений, отсутствуют знания об их функциях и назначении	1

4.2.	Есть общие представления о социальных учреждениях, их значении в жизни человека, но отсутствует практика обращения в социальные учреждения	2
4.3.	Хорошо ориентируется в системе социальных учреждений, есть практика обращения в данные учреждения	3
<b>5.</b>	<b>Наличие элементарных экономических знаний и навыков (планирование бюджета, оплата счетов, статьи расходов и т.п.)</b>	
5.1.	Отсутствуют элементарные экономические знания и навыки, которые ему понадобятся в будущем	1
5.2.	Экономические знания сформированы на достаточном уровне для реализации их в будущем, но слабо закреплены или не закреплены в повседневной жизни	2
5.3.	Экономические знания сформированы на достаточном уровне, закреплены в повседневной жизнедеятельности	3
<b>6.</b>	<b>Наличие знаний и навыков по уходу за собой</b>	
6.1.	Отсутствуют элементарные санитарно-гигиенические знания и навыки; возможно сформировано общее понятие о необходимости ухода за собой, но отсутствуют соответствующие навыки	1
6.2.	Санитарно-гигиенические знания и навыки сформированы на достаточном уровне, но отсутствуют устойчивые привычки систематического ухода за собой	2
6.3.	Санитарно-гигиенические знания и навыки сформированы на достаточном уровне, закреплены в привычной жизнедеятельности	3
<b>7.</b>	<b>Наличие хозяйственно-бытовых знаний, навыков и умений обслуживающего труда (уборка комнаты, приготовление пищи и т.п.)</b>	
7.1.	Элементарные хозяйственно-бытовые навыки не сформированы, есть лишь общее представление о ведении хозяйства и домашнем труде	1
7.2.	Есть представления об основах ведения хозяйства, сформированы хозяйственно-бытовые навыки, но недостаточно закреплены в индивидуальной деятельности	2
7.3.	Хозяйственно-бытовые знания, умения и навыки сформированы, закреплены в самостоятельной деятельности	3
<b>8.</b>	<b>Ориентация на конструктивную модель семейной жизни</b>	
8.1.	Отсутствуют четкие требования к будущему супругу и условиям благополучной семейной жизни; воспитанник либо не стремится к созданию семьи, либо ориентирован на создание семьи по принципу «как можно раньше и при любой возможности»	1
8.2.	Ориентирован на создание семьи, определены требования к будущему супругу, к условиям благополучной семейной жизни (материальный достаток, гармония в отношениях и т.п.), однако отсутствует стремление создавать данные условия самому	2
8.3.	Ориентирован на создание семьи, определены требования к будущему супругу и условиям благополучной семейной жизни (материальный достаток, решение жилищного вопроса и т.п.), стремится создать необходимые условия благополучной семейной жизни самостоятельно	3
<b>9.</b>	<b>Способность быть ответственным и самостоятельным</b>	
9.1.	Отсутствует понимание ответственности за свое поведение и жизнь, в реальной жизни ответственность перекладывает на других людей, винит жизненные обстоятельства; не самостоятелен	1

9.2.	Свойственно ситуативное понимание своей ответственности за поведение и свою жизнь в целом, не всегда способен быть самостоятельным	2
9.3.	Способен быть самостоятельным и ответственным; обладает личностной автономностью	3
<b>10.</b>	<b>Культура поведения (соблюдение правил поведения в учреждении, школе, на улице, общественных местах и т.п.)</b>	
10.1.	Склонен к асоциальным формам поведения, возможны отклонения в поведении от общепринятых норм	1
10.2.	Возможны некоторые отклонения в поведении от общепринятых норм, однако они не характерны для данного воспитанника	2
10.3.	Не нарушает общественный порядок; ему не свойственны отклонения в поведении	3
10.4.	<b>Профессионально-трудовая готовность (компетентность в сфере трудовых и профессиональных отношений)</b>	
<b>11.</b>	<b>Наличие профессионально-трудовых навыков и умений (навыки, полученные на УПК, навыки ремонта одежды, бытовых приборов, благоустройства жилья и др.)</b>	
11.1.	Не сформированы элементарные навыки ручного труда или сформированы на недостаточном уровне, чтобы применять их в повседневной жизни	1
11.2.	Профессионально-трудовые знания и навыки сформированы, но недостаточно закреплены в практической деятельности и повседневной жизни	2
11.3.	Сформированы профессионально-трудовые знания и навыки, закреплены в практической деятельности, повседневной жизни	3
<b>12.</b>	<b>Ориентация на материальную независимость и самообеспечение в трудовой деятельности</b>	
12.1.	Ориентация на обязательную поддержку со стороны государства и окружающих, нежелание обеспечивать себя собственным трудом	1
12.2.	Стремление к материальной независимости, к самообеспечению посредством трудовой деятельности, но при поддержке и помощи окружающих и государства	2
12.3.	Ориентация на максимальную материальную независимость, обеспечение себя в трудовой деятельности	3
<b>13.</b>	<b>Жизненные цели и профессиональные намерения (анкетирование)</b>	
13.1.	Отсутствуют цели в жизни, воспитанник не задумывается о своей будущей жизни и будущей профессиональной деятельности	1
13.2.	Жизненные цели и профессиональные намерения еще не конкретны, зачастую ориентированы на мнение других людей	2
13.3.	Сформированы конкретные конструктивные жизненные цели и профессиональные намерения, которые подкреплены реальными действиями по их достижению	3
<b>14–18</b>	<b>Психологическая (морально-волевая) готовность (личностная компетентность, коммуникативная компетентность)</b>	
<b>14.</b>	<b>Навыки конструктивных межличностных отношений</b>	

14.1.	Отсутствуют навыки конструктивного общения (эмпатия, способность понимать других людей, умение стать на их место, выбор адекватных форм обращения к людям и т.п.)	1
14.2.	Навыки конструктивного общения частично сформированы, но в реальной жизни воспитанник не всегда их проявляет	2
14.3.	Способен к конструктивному общению, есть потребность в общении, положительный опыт взаимодействия с другими людьми	3
<b>15.</b>	<b>Способность решения конфликтных ситуаций в общении</b>	
15.1.	Склонен провоцировать конфликт, воспринимает конфликт как способ решения ситуации, отсутствует умение находить конструктивный способ решения конфликта	1
15.2.	Находит конструктивное решение конфликта в зависимости от сложившейся ситуации	2
15.3.	Способен к конструктивному решению конфликтов	3
<b>16.</b>	<b>Способность к решению сложных жизненных ситуаций</b>	
16.1.	Не способен за себя постоять в сложной жизненной ситуации, отсутствуют навыки и умения самостоятельного конструктивного решения сложных ситуаций	1
16.2.	Способен к конструктивному решению сложной жизненной ситуации, но в повседневной жизни действует в зависимости от ситуации	2
16.3.	Способен самостоятельно решать сложные жизненные ситуации, для ее решения сформированы необходимые качества и умения	3
<b>17.</b>	<b>Уровень волевого самоконтроля (тестирование)</b>	
17.1.	Низкий	1
17.2.	Средний	2
17.3.	Высокий	3
<b>18.</b>	<b>Временная перспектива (тестирование)</b>	
18.1.	Низкий уровень удовлетворенности прошлой и настоящей жизнью, слабое видение перспективы будущего	1
18.2.	Стремление жить сегодняшним днем, недостаточная целеустремленность в будущее	2
18.3.	Понимание перспективы жизни; удовлетворенность прошлым, осознание ценности настоящего и целеустремленность в будущее	3

### **Обработка результатов и интерпретация**

**Низкий уровень** сформированности навыков самостоятельной жизни – от 18 до 32 баллов.

**Средний уровень** сформированности навыков самостоятельной жизни – от 33 до 42 баллов.

**Высокий уровень** сформированности навыков самостоятельной жизни – от 43 до 54 баллов.

## **Опросник «Подготовка ребенка к самостоятельной жизни»**

### **I.**

### **Жизнестойкость**

#### **1. Вовлеченность:**

- а) ребенок постоянно занят, и ему это нравится;
- б) ребенок старается быть в курсе всего происходящего вокруг него;
- в) ребенок уверен, что сможет воплотить в жизнь то, что задумал.

#### **2. Контроль:**

- а) ребенок предпочитает ставить перед собой труднодостижимые цели и добиваться их;
- б) ребенок уверен, что сможет воплотить в жизнь то, что задумал;
- в) друзья уважают ребенка за упорство и непреклонность.

#### **3. Принятие риска:**

- а) неожиданности дарят ребенку интерес к жизни;
- б) ребенок охотно берется воплощать новые идеи;
- в) мне кажется, если бы в прошлом у ребенка было меньше разочарований и невзгод, ему было бы сейчас легче жить на свете.

### **II.**

### **Социальная компетентность**

#### **1. Развитие общения (О) и Интерес к социальной жизни, увлечения (И)**

##### **– вовлеченность:**

- 1) Интересуется происходящим в стране и мире.
- 2) Может использовать компьютер для занятий, получения новой информации.
- 3) Умеет находить нужную информацию (в книгах, интернете).
- 4) Имеет друзей сверстников.
- 5) Умеет прийти на помощь другому человеку.
- 6) Умеет согласовывать свои потребности, желания с потребностями окружающих

#### **2. Ответственное отношение к своим обязанностям (ОБ) и Организованность, произвольность (П) – контроль:**

- 1) Следит за своей одеждой, обувью, может полностью ухаживать за собой.
- 2) Осознает свои трудности, проблемы, может проанализировать их причины.
- 3) Выполняет повседневную работу по дому.
- 4) Без напоминания выполняет домашние задания.
- 5) Умеет принимать решения и выполнять их.
- 6) Выполняет намеченное дело до конца.
- 7) Понимает необходимость правил (поведения, выполнения заданий) и умеет подчиняться им.

#### **3. Самостоятельность (С) и Уверенность в себе (У) – контроль и устойчивость к риску:**

- 1) Умеет самостоятельно обнаруживать и исправлять свои ошибки.
- 2) Самостоятельно правильно оценивает качество своей работы.
- 3) Самостоятельно делает покупки.
- 4) Самостоятельно распределяет свое время.
- 5) Проявляет требовательность к себе.
- 6) Правильно относится к собственным успехам.
- 7) Стремится разобраться в себе, понять свои возможности, способности.
- 8) Проявляет уверенность в своей способности добиться успеха во

взрослой жизни.

## Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Марлоу Д., Краун Д.)

Методика диагностики самооценки мотивации одобрения Марлоу-Крауна – опросник, предназначенный для оценки искренности ответов испытуемых. Методика разработана психологами Дугласом П. Крауном и Дэвидом А. Марлоу (1960, 1964 гг.). Перевод и адаптация были осуществлены Ханиным Ю.Л. в 1974 году.

Данная методика представляет собой шкалу, разработанную и апробированную как самостоятельную методику. Она может быть включена в комплекс любого психологического тестирования (особенно, если ни одна методика в себе не содержит такой шкалы), а может быть использована самостоятельно:

1. Мотивации одобрения (социальной желательности);
2. Для контроля за степенью установочного поведения и склонностью к соответствующим искажениям ответов в тестах;
3. При изучении предпочтительных средовых и межличностных влияний.

### Подсчет результатов

Респондент получает по 1 баллу за каждый ответ, совпадающий с ключом:

- «Да» – на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 16, 20.
- «Нет» – на вопросы 6, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 18, 19.

Таким образом, максимальный балл по шкале составляет **20 баллов**, минимальный – 0.

### Оценка результатов

**0–6 баллов – Низкая мотивация к одобрению.** Имеет достаточно низкий уровень потребности в одобрении со стороны других людей. Независимость от окружающих может показаться игнорированием их мнения о себе. Не свойственна категоричность суждений в свой адрес. Не старается выглядеть в глазах окружающих лучше, чем есть на самом деле и тем самым может ставить себя вне социальных связей и социального одобрения.

**7–13 баллов – Средняя мотивация к одобрению.** Имеет средний уровень потребности в одобрении со стороны окружающих людей. Особенности поведения свидетельствуют о желании выглядеть в глазах окружающих вполне адекватно (т.е. казаться таким, каким является на самом деле), что вполне нормально, т.к. свойственно большинству людей. Такое поведение дает возможность для самостоятельности в суждениях о себе. Не стоит рекомендовать часто обращать внимание на мнение о себе других людей, если оно расходится с собственными представлениями. Но если рекомендовать задумываться хотя бы над одним мнением из пяти несовпадающих с собственным – успех обеспечен.

**14–20 баллов – Высокая мотивация к одобрению.** Одно из двух: Или не искренен с экспериментатором или неискренен с самим собой. Пытается быть кем-то выдуманным. Встречается также при протестных реакциях против психологического тестирования либо против межличностного взаимодействия как такового.

### Бланк ответов

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

**Инструкция:** «Внимательно прочитайте каждое из приведенных ниже

суждений. Если Вы считаете, что оно верно и соответствует особенностям Вашего поведения, то отметьте «да», если же оно неверно, то – «нет»».

Варианты ответов	Да	Нет
1. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть ее в библиотеку		
2. Я не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде		
3. Я всегда внимательно слежу затем, как я одет		
4. Дома я веду себя за столом так же, как в столовой		
5. Я никогда ни к кому не испытывал антипатии		
6. Был случай, когда я бросил что-то делать, потому что не был уверен в своих силах		
7. Иногда я люблю позлословить об отсутствующих		
8. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кто бы он ни был		
9. Был случай, когда я придумал вескую причину, чтобы оправдаться		
10. Случалось, я пользовался оплошностью человека		
11. Я всегда охотно признаю свои ошибки		
12. Иногда вместо того, чтобы простить человека, я стараюсь отплатить ему тем же		
13. Были случаи, когда я настаивал на том, чтобы делали, по-моему		
14. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу		
15. У меня никогда не возникает досады, когда высказывают мнение, противоположное моему		
16. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что взять с собой		
17. Были случаи, когда я завидовал удаче других.		
18. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с вопросами		
19. Когда у людей неприятности, я иногда думаю, что они получили по заслугам		
20. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей.		



## Анкета для ребенка «Семья глазами ребенка»

Анкета дает ориентировочное представление о типах семейного воспитания и способах контроля за поведением ребенка в семье.

Опрос проводится индивидуально с каждым ребенком в спокойной и доброжелательной обстановке. Специалист, осуществляющий диагностику, заносит ответы ребенка в бланк регистрации ответов.

Если в ответах ребенка преобладают варианты «нет», «редко», то в семье возможно предположить авторитарный тип воспитания, характеризующийся ограничением свободы, повышенными требованиями к ребенку, силовыми воздействиями, отсутствием ситуации выбора. Специалистам, проводившим анкетирование, следует помнить, что результаты позволяют только в общих чертах определить, какой тип воспитания присущ данной семье.

Анкета дает лишь ориентировочное представление о типах семейного воспитания и способах контроля за поведением ребенка в семье.

### Анализ результатов анкетирования

Если в ответах ребёнка преобладают варианты «с», то возможно предположить, что в семье реализуется авторитарный тип воспитания, характеризующийся ограничением свободы, повышенными требованиями к ребёнку, силовыми воздействиями, отсутствием ситуации выбора.

### Бланк анкеты «Семья глазами ребенка»

Фамилия, \_\_\_\_\_ имя, \_\_\_\_\_  
ребенка \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

1. С кем ты живешь? \_\_\_\_\_
2. Тебе нравится проводить время дома? Хочешь побыстрее пойти вечером домой?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
3. Твои родители часто разговаривают с тобой о твоих делах?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
4. Они часто говорят ласково, чем строго?  
а) Да б) И так, и так в) Нет
5. Тебе спокойно дома? Не страшно?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
6. Родители часто с тобой играют? Гуляют? Читают тебе книжки?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
7. Кто из членов семьи чаще играет с тобой? \_\_\_\_\_
8. Если ты что-то сломал, мама поможет тебе починить или будет ругать? А папа?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
9. Если ты захотел новую игрушку, шоколадку или киндер-сюрприз, родители их сразу тебе купят?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
10. Если тебя кто-нибудь обидел или ты просто расстроился, ты сразу расскажешь обо всем маме? А папе? Никому не расскажешь?  
а) Да б) Не всегда в) Нет
11. Что ты больше всего любишь делать в субботу и в воскресенье?

**12. Часто ли ты вместе с родителями куда-нибудь ходишь или играешь в выходные дни?**

- а) Часто б) Иногда в) Редко

**13. Если тебе пора спать, а ты хочешь ещё поиграть, родители разрешают тебе?**

- а) Часто б) Иногда в) Редко

**14. Когда ты вечером ложишься спать, мама или папа целуют тебя и желают спокойной ночи?**

- а) Часто б) Иногда в) Редко

**15. Если ты хочешь, но затрудняешься что-либо сказать, как поступят твои родители?**

- а) Терпеливо выслушают и помогут закончить мысль
- б) Отошлют к другому родителю
- в) Не захотят слушать совсем

## **Опросник социализации для подростков «Моя семья» (по методике Маткова О.И.)**

За основу взята методика О.И. Маткова. Она может быть использована для изучения мнения подростков (анализ взаимоотношений в семье, методов воспитания), родителей (самоанализ тех же аспектов), что дает возможность сделать более объективные выводы относительно организации воспитания ребенка в семье.

Методику можно заполнять как самому ребенку, так и специалисту. Если методику заполняет специалист, то ребенку зачитываются вопросы и даются варианты возможных ответов на него. Далее специалист фиксирует ответ ребенка в бланке. В методике возможен только один ответ на вопрос.

**Обработка осуществляется посредством изучения степени выраженности в семейном воспитании восьми факторов (показателей):**

строгость (гибкость) воспитательных установок (1, 9, 17);

воспитание самостоятельности, инициативы (2, 10, 18);

доминантность отца, матери или равное участие обоих родителей в воспитании

(3, 11, 19); отношение к школе, учителям (4, 12, 20);

жесткость (гибкость) методов воспитания (5, 13, 21);

взаимоотношения в семье: недружеские или теплые (6, 14, 22);

взаимопомощь в семье, наличие или отсутствие общих дел (7, 15, 23);

общность интересов (8, 16, 24).

Ответы «конечно, нет» указывают на максимальное положительное проявление фактора.

Максимальная сумма баллов по одному фактору – 15.

Ответы «конечно, да» указывают на педагогически отрицательное проявление данного фактора.

Минимальная сумма баллов по одному фактору – 3.

Максимальная сумма баллов по всем факторам – 120, минимальная – 24.

### **Определение уровня взаимоотношений в семье**

Благополучный (высокий)	120–96 баллов
Менее благополучный (выше среднего)	95–72 балла
Удовлетворительный (средний)	71–47 баллов
Неблагополучный (низкий)	46–24 балла

### **Бланк для заполнения ребенком (12–16 лет) опросника «Моя семья»**

Ф. И. О. \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

С кем ты совместно проживаешь? \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

**Инструкция:** «Вам предлагается ряд вопросов, правдивые ответы на которые дадут вам возможность преодолеть некоторые трудности в общении с родителями. Для некоторых вопросов, их всего три, следует выбирать ответы с указанием матери или отца (вопросы 3, 11, 19). В этих вопросах необходимо написать «мать» или

«отец».

Вопрос	Варианты ответов				
	Конечно, да	Видимо, да	Не знаю	Видимо, нет	Видимо, да
1. Сердятся ли родители, если Вы спорите с ними?					
2. Часто ли родители помогают Вам в выполнении домашних заданий?					
3. С кем Вы чаще советуетесь, с матерью или отцом, когда нужно принять какое-либо решение?					
4. Часто ли родители соглашаются с Вами в том, что учитель был несправедлив к вам?					
5. Часто ли родители Вас наказывают?					
6. Правда ли, что родители не всегда понимают Вас, ваше состояние?					
7. Верно ли, что Вы участвуете вместе с родителями в решении хозяйственных вопросов?					
8. Действительно ли, что у Вас в семье нет общих занятий и увлечений?					
9. Часто ли в ответ на Вашу просьбу разрешить Вам что-либо родители отвечают, что это нельзя?					
10. Бывает ли так, что родители настаивают на том, чтобы Вы не дружили с кем-либо из ваших товарищей?					
11. Кто является главой в Вашей семье: мать или отец?					
12. Смеются ли родители над кем-нибудь из Ваших учителей?					
13. Часто ли родители разговаривают с Вами раздраженным тоном?					
14. Кажется ли Вам, что у Вас в семье холодные, недружеские отношения между родителями?					
15. Верно ли, что в Вашей семье мало помогают друг другу в домашних делах?					
16. Правда ли, что родители не обсуждают с Вами прочитанные книги, просмотренные телепередачи, фильмы?					
17. Считают ли Вас родители капризным ребенком?					
18. Часто ли родители настаивают на том, чтобы Вы поступали согласно их желаниям, говоря, что они разбираются в этом вопросе лучше Вас?					
19. С кем из родителей Вы больше общаетесь?					
20. Часто ли родители не одобряют и не поддерживают мероприятия, которые организует школа?					
21. Наказывали ли Вас более сурово, чем других детей?					
22. Часто ли Вы с родителями говорите «по душам», советуясь по личным проблемам?					

23. Верно ли, что у Вас нет ежедневных домашних обязанностей?					
24. Правда ли, что родители не ходят с Вами в театры, музеи, на выставки и концерты					

**Анкета «Ребенок глазами родителей  
(РГР; Щедринская О.М.)**

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_  
 Возраст ребенка \_\_\_\_\_ Дата исследования \_\_\_\_\_  
 Ф.И.О. родителя \_\_\_\_\_  
 Статус относительно ребенка \_\_\_\_\_  
 Состав семьи \_\_\_\_\_

**Инструкция.** Эта анкета посвящена оценке различных качеств и характеристик Вашего ребенка. Под каждым вопросом есть шкала с цифрами от 1 до 10. Постарайтесь на первой шкале отметить уровень развития этого качества (свойства) на настоящий момент. 1 – полное отсутствие данного качества (или нет), 10 – максимально выражено (или полное согласие с утверждением).

1. Как Вам кажется, в какой степени соответствует ваш ребенок так называемым «возрастным нормам»	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Оцените уровень психического развития	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Оцените уровень физического развития.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Оцените общий уровень интеллектуального развития	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Оцените уровень самоанализа и рефлексии	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. Оцените уровень развития логического мышления	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. Оцените уровень развития воображения творческих способностей и креативности	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. Оцените развитие памяти у вашего ребенка	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. Оцените общий уровень внимания	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. Оцените уровень развития речи и качество словарного запаса	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11. Быстро ли он(а) умеет переключиться с одного вида деятельности на другой?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
12. Оцените умение следовать социальным нормам (правилам) поведения	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
13. Оцените наличие такого качества, как импульсивность	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
14. Оцените наличие такого качества, как агрессивность	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
15. Оцените наличие такого качества, как тревожность	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
16. Уровень развития навыков коммуникации (в целом)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
17. Оцените качество взаимодействия со сверстниками	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

18. Оцените качество взаимодействия с членами семьи	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
19. Оцените качество взаимодействия с учителями	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
20. Оцените умение ребенка доносить до окружающих свои мысли	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
21. Оцените такой навык, как умение слушать других людей	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
22. Оцените умение «считывать» состояние окружающих людей	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
23. Оцените уровень осознания собственных границ	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
24. Оцените уровень осознания границ других людей	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
25. Оцените уровень развития такого качества как самоконтроль поведения в целом	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
26. Оцените умение контролировать свои эмоции	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
27. Оцените степень эмоциональности вашего ребенка (10 – крайне эмоционален, 1 – не проявляет своих эмоций)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
28. Оцените уровень развития мелкой моторики	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
29. Оцените уровень развития моторики в целом (ловкий ли ребенок? Хорошо ли скоординированы его движения?)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
30. Оцените уровень самостоятельности и навыков самообслуживания.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
31. Оцените уровень развития навыков совместной деятельности, сотрудничества с кем-либо	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
32. Оцените степень спокойствия, эмоциональной устойчивости	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
33. Оцените степень уверенности в себе	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
34. А какой бал, как Вам кажется, поставил бы себе ребенок, оценивая степень собственной уверенности?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
35. Оцените стремление ребенка к самоутверждению, признанию, положительной оценке	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
36. Оцените умение ребенка договариваться с другими, уступать или защищать свою точку зрения	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

## Опросник «Семейные роли»

Опросник «Семейные роли» предназначен для описания ролевой структуры семьи. Данная методика является модификацией психотерапевтической техники «Ролевая карточная игра» (1970) (авторы техники Дж. Огден и Э. Зевин), выполненной

А.В. Черниковым (2001), и помогает определить вклад каждого члена семьи в организацию совместной жизни (роли- обязанности), а также типичные варианты поведения в конфликтных ситуациях (роли взаимодействия). Кроме того, опросник позволяет косвенно оценить статус членов семьи и степень их влияния на принятие семейных решений.

### Бланк опросника «Семейные роли»

**Инструкция:** впишите имена членов Вашей семьи и отметьте количеством звездочек, насколько перечисленные роли характерны для каждого из них:

\*\*\* – его (ее) постоянная роль;

\*\* – довольно часто он (она) это делает;

\* – иногда это относится к нему (к ней).

Некоторые из упомянутых ролей не свойственны Вашей семье или никогда не исполняются тем или иным ее членом; в этом случае оставьте графу пустой.

Возможно, в Вашей семье есть свои уникальные роли, отсутствующие в общем списке, допишите их.

Затем среди всего списка выделите те роли, которые Вы считаете наиболее важными для жизни семьи.

Роли-обязанности	Имена			
Организатор домашнего хозяйства				
Закупщик продуктов				
Зарабатывающий деньги				
Казначей				
Его превосходительство плохой исполнитель всех своих обязанностей				
Убирающий квартиру				
Выносящий мусор				
Повар				
Убирающий со стола после обеда				
Тот, кто ухаживает за животными				
Организатор праздников и развлечений				
Мальчик на побегушках				
Человек, принимающий решения				
Починяющий сломанное				

Роли-взаимодействия	Имена			
Буфер, посредник в конфликте				
Любитель поболеть				
Сторонник строгой дисциплины				

Главный обвинитель				
Одинокiй волк				
Утешающий обиженных				
Уклоняющийся от обсуждения проблемы				
Создающий другим неприятности				
Держащийся в стороне от семейных разборок				
Приносящий жертвы ради других				
Семейный вулкан				
Затаивающий обиду				
Шутник				

**Интерпретация результатов:** в основе интерпретации полученных результатов лежит представление о том, что члены семьи, которые чаще других играют важные роли, как правило, обладают большей властью в семье.

Методику можно проводить индивидуально или со всей семьей. Она очень наглядна, информативна и в групповом варианте может служить основой для обсуждения семейной ситуации и разницы в ее восприятии членами семьи.

Исследование по методике «Семейные роли», показало следующее. В родственной опеке, в сравнении с неродственной опекой, хуже распределены роли, не хватает согласия в плане ролевых ожиданий от членов семьи; недостаточна способность приспособливаться к новым ролям, которые возникают в процессе семейного развития.

## Анкета «Лики родительской любви»

**Инструкция:** данный опросник поможет и отцу, и матери оценить, на каких основаниях строится ваше отношение к ребенку. Если вы согласны с приведенным утверждением, поставьте себе один балл. Если не согласны - баллов не ставьте.

1. Повзрослев, ребенок неизбежно столкнется в жизни с трудностями, поэтому долготерпелив до поры его от них ограждать.

2. Иногда немного жаль, что ребенок вырастет и станет взрослым: ведь он так мил в свои детские годы.

3. Если малыш говорит неправду, то он скорее всего не лжет, а просто фантазирует вслух.

4. Современные школьные программы чересчур сложны.

5. Мать должна служить своего рода эмоциональным буфером между ребенком и отцом, потому что отцам вообще свойственна излишняя строгость.

6. Если ребенок занялся чем-то полезным, но никакого успеха не достиг, его все равно надо похвалить за усилия.

7. Наивная непосредственность – это скорее достоинство детского возраста, чем недостаток.

8. Ваш ребенок мог бы добиться большего успеха в учебе, если бы учителя относились к нему более благожелательно.

9. У каждого ребенка есть свои достоинства, которые намного важнее недостатков.

10. Когда отец и мать расходятся в оценке поведения ребенка, правильнее прислушиваться к мнению матери, поскольку женщины - природные воспитатели.

11. В детстве занятия спортом нужны не столько ради высоких достижений, сколько ради общего физического развития.

12. За семейным столом лучшие куски должны доставаться детям.

13. Детское непослушание часто возникает от того, что родители требуют от ребенка слишком многого.

14. Если ребенок не любит засыпать в темноте, надо поставить у его кровати лампу-ночник.

15. Многие детские шалости объяснимы дурным влиянием сверстников.

### Обработка результатов

**12–15 баллов.** Если эту сумму набрал отец: в своем отношении к ребенку вы в значительной мере разделяете материнскую позицию. Это, с одной стороны, неплохо, так как способствует единству вашей родительской стратегии. Однако вы недооцениваете традиционную мужскую роль в воспитании. Ваша требовательность к ребенку чаще бывает продиктована вашим настроением, чем его поведением. Задумайтесь: в полной ли мере вы стимулируете умственное, эмоциональное и физическое развитие ребенка. Вероятно, чуть больше доброжелательной требовательности с вашей стороны пойдет ему только на пользу.

**Если эту сумму набрала мать:** вы исповедуете типично женский подход к воспитанию, исполненный любви и заботы. Не забывайте только, что заострение такого подхода впоследствии чревато недостаточной самостоятельностью ребенка. А ведь ему предстоит в своей жизни не только радовать вас, но и многие проблемы решать самому.

**Менее 8 баллов.** Отец: вы придерживаетесь традиционно мужских

ценностей в воспитании, хотите видеть своего ребенка состоявшейся и преуспевающей личностью. Ваши требования и оценки служат мощным стимулом его достижений. Постарайтесь только не завышать этих требований, не будьте слишком строгим судьей.

**Мать:** вы предпочитаете скорее мужской стиль воспитания, ваша любовь к ребенку сочетается с довольно высокими требованиями к нему. Ваши цели вполне оправданны, но достичь их мы могли бы более успешно за счет мягкости и поощрения.

**Если отец и мать набрали 9–12 баллов,** то такую позицию можно назвать промежуточной, лишенной крайностей. Этот подход хорош тем, что страхует от всяких излишеств. Однако задумайтесь: не имеет ли тут место эмоциональная отстраненность? Внимательнее присмотритесь к своему ребенку, к его проблемам, не ждет ли он от вас большего участия?

## Тест жизнестойкости (Мадди С., адаптация Леонтьева Д.)

Тест жизнестойкости представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом Сальваторе Мадди. Личностная переменная hardiness (жизнестойкость) характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых.

**Шкалы теста:** Вовлеченность, Контроль, Принятие риска.

**Вовлеченность** определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни.

**Контроль** представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому – ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

**Принятие риска** – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, – неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

**Ключи шкал:**

Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 0 до 3:

«нет» – 0 баллов, «скорее нет, чем да» – 1 балл, «скорее да, чем нет» – 2 балла,

«да» – 3 балла. Ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 3 до 0:

«нет» – 3 балла, «да» – 0 баллов.

Затем баллы по отдельной субшкале (вовлеченности, контроля и принятия риска) по прямым и обратным пунктам суммируются. Суммы получаем по каждой субшкале. Далее вычисляется общий балл жизнестойкости - путем суммирования данных по трем субшкалам.

Прямые и обратные пункты для каждой шкалы представлены ниже.

### Подсчет сырых баллов

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения
Вовлеченность	4, 12, 22, 23, 24, 29, 41	2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42

Контроль	9, 15, 17, 21, 25, 44	1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43
Принятие риска	34, 45	7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36

### Нормативные значения

Нормы	Жизнестойкость	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска
Среднее значение	80,72	37,64	29,17	13,91
Стандартное отклонение	18,53	8,08	8,43	4,39

### Бланк теста жизнестойкости

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

**Инструкция:** «Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы, отмечая галочкой тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение».

№	Вопросы	Нет	Скорее нет, чем да	Скорее да, чем нет	Да
1.	Я часто не уверен в собственных решениях				
2.	Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела				
3.	Часто, даже хорошо выспавшись, я с трудом заставляю себя встать с постели				
4.	Я постоянно занят и мне это нравится				
5.	Часто я предпочитаю «плыть» по течению				
6.	Я меняю свои планы в зависимости от обстоятельств				
7.	Меня раздражают события, из-за которых я вынужден менять свой распорядок дня				
8.	Непредвиденные трудности порой сильно утомляют меня				
9.	Я всегда контролирую ситуацию настолько, насколько это необходимо				
10.	Порой я так устаю, что уже ничто не может меня заинтересовать				
11.	Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным				
12.	Я стараюсь быть в курсе всего происходящего вокруг меня				
13.	Лучше синица в руках, чем журавль в небе				
14.	Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым				
15.	Я предпочитаю ставить перед собой труднодостижимые цели и добиваться их				
16.	Иногда меня пугают мысли о будущем				

17.	Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь все, что задумал				
18.	Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль				
19.	Мне кажется, что если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете				
20.	Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми				
21.	Испытав поражение, я буду пытаться взять реванш				
22.	Я люблю знакомиться с новыми людьми				
23.	Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, он просто не умеет видеть интересное				
24.	Мне всегда есть чем заняться				
25.	Я всегда могу повлиять на результат того, что происходит вокруг				
26.	Я часто сожалею о том, что уже сделано				
27.	Если проблема требует больших усилий, я предпочитаю отложить ее до лучших времен				
28.	Мне трудно сблизиться с другими людьми				
29.	Как правило, окружающие слушают меня внимательно				
30.	Если бы я мог, я бы многое изменил бы в прошлом				
31.	Я довольно часто откладываю на завтра то, что трудно осуществимо, или то, в чем я не уверен				
32.	Мне кажется, жизнь проходит мимо меня				
33.	Мои мечты редко сбываются				
34.	Неожиданности дарят мне интерес к жизни				
35.	Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны				
36.	Порой я мечтаю о спокойной размеренной жизни				
37.	Мне не хватает упорства закончить начатое				
38.	Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной				
39.	У меня нет возможности влиять на неожиданные проблемы				
40.	Окружающие меня недооценивают				
41.	Как правило, я работаю с удовольствием				
42.	Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей				
43.	Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются				
44.	Друзья уважают меня за упорство и непреклонность				
45.	Я охотно берусь воплощать новые идеи				

## Опросник эмоциональных отношений в семье (ОДРЭВ, Захарова Е.И.)

**Цель** – оценка опосредованного выявления степени выраженности каждой отдельной характеристики взаимодействия, в каждой конкретной диаде.

Опросник содержит 66 утверждений и направлен на выявление выраженности 11 параметров эмоционального взаимодействия родителя и ребенка, объединенных в три блока.

### 1. Блок чувствительности:

способность воспринимать состояние ребенка (утверждения 1, 23, 45, 12, 34, 56);

понимание причин состояния (13, 35, 57, 2, 24, 46);

способность к сопереживанию (3, 25, 47, 14, 36, 58).

### 2. Блок эмоционального принятия:

чувства, возникающие у матери во взаимодействии с ребенком (15, 37, 59, 4, 26, 48);

безусловное принятие (5, 27, 49, 16, 38, 60);

отношение к себе как к родителю (17, 39, 61, 6, 28, 50);

преобладающий эмоциональный фон взаимодействия (7, 29, 51, 18, 40, 62).

### 3. Блок поведенческих проявлений эмоционального взаимодействия:

стремление к телесному контакту (19, 41, 63, 8, 30, 52);

оказание эмоциональной поддержки (9, 31, 53, 20, 42, 64);

ориентация на состояние ребенка при построении взаимодействия (21, 43, 65, 10, 32, 54);

умение воздействовать на состояние ребенка (11, 33, 55, 22, 44, 66).

### Процедура проведения

Каждая характеристика диагностируется с помощью шести утверждений, три из которых носят положительный характер (первые три из указанных в скобках) – согласие с данным утверждением свидетельствует о высокой степени выраженности качества, и три – отрицательный (вторая тройка утверждений, указанных в скобках) – согласие с данным утверждением означает низкую степень выраженности качества.

Степень своего согласия с предложенными утверждениями испытуемый должен выразить с помощью пятибалльной шкалы, расположенной на бланках опросника рядом с инструкцией.

Для получения стандартных баллов, которыми удобно оценивать выделенные характеристики, предлагается объединить показатели, относящиеся к каждой из них, и преобразовать по формуле:

$$(a+b+c-d-e-f+13) / 5$$

где – a, b, c – оценки положительных утверждений; d, e, f – оценки отрицательных утверждений. Таким образом, складываются оценки положительных утверждений и вычитаются оценки отрицательных. В результате указанных вычислений можно измерять степень выраженности каждой характеристики в интервале от 0,5 до 5 баллов.

Для каждого показателя автором методики при ее апробации были подсчитаны средние и критериальные значения.

Указанная в таблице величина N является тем крайним значением, которое, с учетом среднего квадратичного отклонения, может принимать отдельная характеристика, не выходя из области средних значений. В том случае, если в конкретной диаде показатель принимает значение ниже обозначенного №, мы можем

вынести заключение о дефиците соответствующей характеристики эмоциональной стороны взаимодействия.

**Средние и критериальные значения показателей эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия**

<b>Характеристика взаимодействия</b>	<b>Среднее значение (M)</b>	<b>Критериальное значение (N)</b>
Способность воспринимать состояние	4,22	3,7
Понимание причин состояния	3,85	3,2
Эмпатия	3,39	2,8
Чувства родителей в ситуации взаимодействия	3,9	3,3
Безусловное принятие	3,84	3,2
Принятие себя в качестве родителя	3,78	3,1
Преобладающий эмоциональный фон	3,66	3,0
Стремление к телесному контакту	4,03	3,3
Оказание эмоциональной поддержки	3,47	2,8
Ориентация на состояние ребенка при построении взаимодействия	2,95	2,3
Умение воздействовать на эмоциональное состояние ребенка	3,8	3,2

**Бланк «Опросник эмоциональных отношений в семье»**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст ребенка \_\_\_\_ Пол ребенка \_\_\_\_\_

***Уважаемые родители!***

Оцените справедливость следующих утверждений, используя пятибалльную шкалу:

5 – абсолютно верно; 4 – скорее всего это так; 3 – в некоторых случаях верно; 2 – не совсем верно; 1 – абсолютно неверно.

1.	12.	23.	34.	45.	56.
2.	13.	24.	35.	46.	57.
3.	14.	25.	36.	47.	58.
4.	15.	26.	37.	48.	59.
5.	16.	27.	38.	49.	60.
6.	17.	28.	39.	50.	61.
7.	18.	29.	40.	51.	62.
8.	19.	30.	41.	52.	63.
9.	20.	31.	42.	53.	64.
10.	21.	32.	43.	54.	65.
11.	22.	33.	44.	55.	66.

## Вопросы

1. Я сразу замечаю, когда мой ребенок расстроен.
2. Когда мой ребенок обижается, то невозможно понять пока кой причине.
3. Когда моему ребенку больно, мне кажется, я тоже чувствую боль.
4. Мне часто бывает стыдно за моего ребенка.
5. Чтобы ни сделал мой ребенок, я буду любить его,
6. Воспитание ребенка - сложная проблема для меня.
7. Я редко повышаю голос.
8. Если часто обнимать и целовать ребенка, можно заласкать его и испортить.
9. Я часто даю понять моему ребенку, что верю в его силы.
10. Плохое настроение моего ребенка не может быть оправданием его непослушания.
11. Я легко могу успокоить моего ребенка.
12. Чувства моего ребенка для меня загадка.
13. Я понимаю, что мой ребенок может грубить, чтобы скрыть обиду.
14. Часто я не могу разделить радость моего ребенка.
15. Когда я смотрю на своего ребенка, то испытываю любовь и нежность, даже если он «плохо ведет себя».
16. Я много хотел (а) изменить в своем ребенке.
17. Мне нравится быть матерью (отцом).
18. Мой ребенок редко спокойно реагирует на мои требования.
19. Я часто глажу моего ребенка по голове.
20. Если у ребенка что-то не получается, он должен справиться с этим самостоятельно.
21. Я жду, пока ребенок успокоится, чтобы объяснить ему, что он не прав.
22. Если мой ребенок разбаловался, я уже не могу его остановить.
23. Я чувствую отношение моего ребенка к другим людям.
24. Часто я не могу понять, почему мой ребенок плачет.
25. Мое настроение часто зависит от настроения моего ребенка.
26. Мой ребенок часто делает вещи, которые сильно мне досаждают.
27. Ничто не мешает мне любить своего ребенка.
28. Я чувствую, что задача воспитания слишком сложна для меня.
29. Мы с моим ребенком приятно проводим время.
30. Я испытываю раздражение, когда мой ребенок буквально «липнет» ко мне.
31. Я часто говорю ребенку, что высоко ценю его старания и достижения.
32. Даже когда ребенок устал, он должен довести дело до конца.
33. У меня получается настроить ребенка на серьезные занятия.
34. Часто мой ребенок кажется мне равнодушным, и я не могу понять, что он чувствует.
35. Я всегда понимаю, почему мой ребенок расстроен.
36. Когда у меня хорошее настроение, капризы ребенка не могут испортить его.
37. Я чувствую, что мой ребенок любит меня.
38. Меня удручает, что мой ребенок растет совсем не таким, каким мне хотелось бы.
39. Я верю, что могу справиться с большинством ситуаций и проблем в воспитании моего ребенка.
40. Часто у нас с ребенком возникает взаимное недовольство.
41. Мне часто хочется взять ребенка на руки.

42. Я не поощряю незначительные успехи ребенка, это может избаловать его.
43. Бесплезно требовать что-то от ребенка, когда он устал.
44. Я не в силах изменить плохое настроение ребенка.
45. Мне достаточно только посмотреть на ребенка, чтобы почувствовать его настроение.
46. Часто радость ребенка кажется мне безразличной.
47. Я легко заражаюсь весельем моего ребенка.
48. Я очень устаю от общения со своим ребенком.
49. Я много прощаю своему ребенку из-за любви к нему.
50. Я нахожу, что я гораздо менее способна хорошо заботиться о своем ребенке, чем я ожидала.
51. У меня часто возникают спокойные, теплые отношения с моим ребенком.
52. Я редко сажаю ребенка к себе на колени.
53. Я часто хвалю своего ребенка.
54. Я никогда не нарушаю распорядок дня ребенка.
55. Когда мой ребенок устал, я могу переключить его на более спокойное занятие.
56. Мне тяжело понять желания моего ребенка.
57. Я легко могу догадаться, что беспокоит моего ребенка.
58. Иногда я не понимаю, как ребенок может расстраиваться по таким пустякам.
59. Я получаю удовольствие от общения с ребенком.
60. Не всегда легко принять моего ребенка таким, какой он есть.
61. Мне удается научить ребенка, что и как делать.
62. Наши занятия с ребенком часто заканчиваются ссорой.
63. Мой ребенок любит ко мне прижиматься.
64. Я часто бываю строгой со своим ребенком.
65. Лучше отказаться от посещения гостей, когда ребенок «не в духе»
66. Когда ребенок расстроен и ему трудно успокоиться, мне бывает трудно помочь ему.

## Методика «Дом» (Гриценко Р.А.)

**Цель** – выявление степени удовлетворения базовых потребностей в семье и демонстрация родителям первой ступени к изменениям в детско - родительских отношениях (мотивация родителей к консультациям с психологом, диагностика причин проблемного поведения ребенка – подростка в семье).

**Инструкция:** сейчас мы более детально исследуем эту тему, чтобы понять, какие потребности для ребенка остаются наиболее актуальными и в какой степени они выражены. Вам это в свою очередь поможет скорректировать ваш стиль воспитания и понять, в чем нуждается ваш ребенок больше всего.

### 1. Прочитайте описание каждой потребности

Потребность	Характеристика
Самоактуализация	Потребность развить и реализовать свой потенциал полностью (реализация своих целей, способностей, потребность в личностном росте, самовыражении)
Уважение	Потребность в уважении со стороны родителей и ближайшего окружения. Признание достижений и успехов, высокая оценка, одобрение. Уважение другими, формирует в ребенке самоуважение
Потребность в любви и принадлежности	Потребность в здоровых, теплых и любящих отношениях с родителями, близкими
Безопасность	Потребность в защищенности от опасности, нападения, угрозы. Чувство уверенности, избавление от страха и неудач
Физиологические потребности	Потребность в кислороде, воде, пище, физическом здоровье и комфорте

**2. Отметьте, в какой степени, по-вашему, выражено значение по каждой шкале (в соответствии с таблицей описания потребностей), где 0 – самый низкий уровень, 10 – самый высокий.**

|-----| Физиологические потребности  
**0            1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (100 %)**

|-----| Безопасность  
**0            1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (100 %)**

|-----| Потребность в любви и принадлежности  
**0            1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (100 %)**

|-----| Уважение  
**0            1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (100 %)**

|-----| Самоактуализация

0            1   2   3   4   5   6   7   8   9   10 (100 %)

### 3. Представьте образ идеального Дома

Возьмите для сравнения метафору дома, образ дома: фундамент, стены, крыша.

Подумайте о том, чего хочется от отношений с детьми, о том, какими вы хотите видеть отношения сейчас, о стабильности, о вашем спокойствии, об уверенности в себе как в хорошем родителе.

#### Вопросы

С чем ассоциируется у вас образ дома?

Какие мысли, ассоциации приходят к вам, когда вы представляете полноценный дом?

Так вот эту метафору, мы сейчас применим к вашим детско-родительским отношениям и посмотрим, насколько прочным является ваш дом.

**4. Перенесите ваши значения по каждой отдельной шкале на предложенную схему и соедините точки – прямыми линиями. Посмотрите, что получилось.**

#### Самоактуализация

10

| 9

| 8

| 7

| 6

| 5

| 4

| 3

| 2

1

|  
10-----9-----8-----7-----6-----5-----4-----3-----2-----1----- 0 -----1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----9-  
---10

#### Любовь Уважение

10-----9-----8-----7-----6-----5-----4-----3-----2-----1----- 0 -----1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----  
8-----9-----10

#### Безопасность потребности

#### Физиологические

### 5. Анализ состояния дома и «западающих» зон

**Фундамент:** физиологические потребности и безопасность.

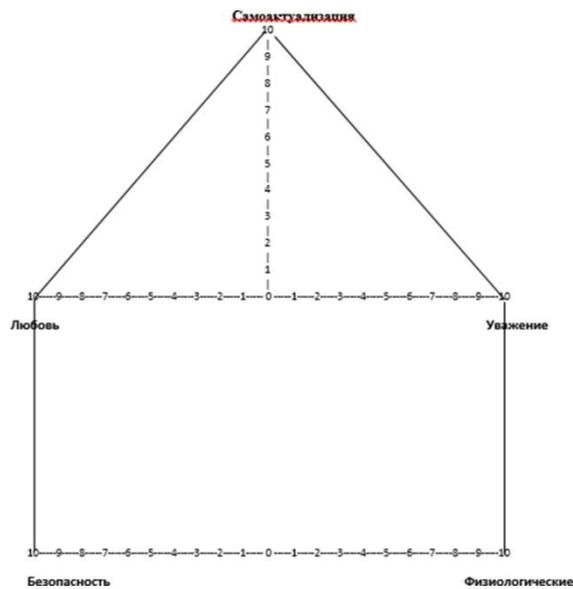
Фундамент является основой для дома. По сути, от него зависит прочность и устойчивость вашего дома. Посмотрите, на каком значении они находятся? И если не на 10-ке, то поставьте стрелочку вбок – это направление развития.

**Стены:** любовь и уважение. Если с фундаментом все в порядке, а стены

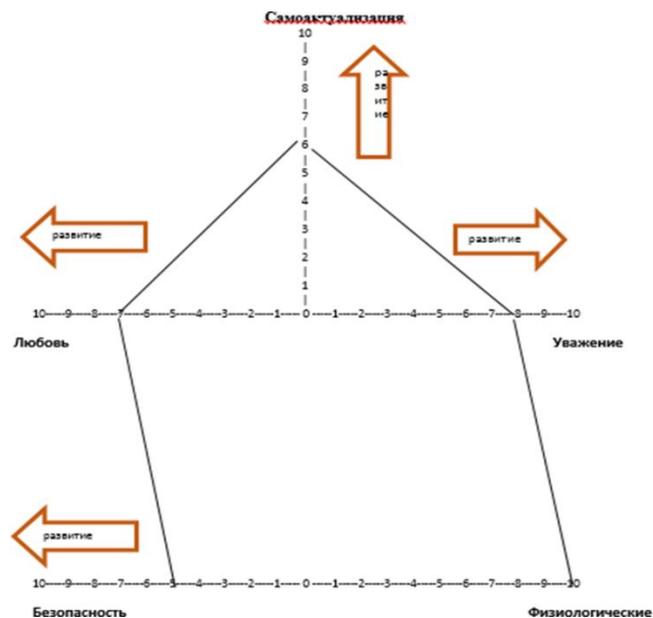
шаткие, то хорошей крыши не получится. Обозначьте стрелками направления развития.

**Крыша:** самоактуализация. От крыши зависит безопасность и уют в доме. Осадки падают сверху и от того, насколько прочная крыша, зависит сколько дом простоит. Если крыша плоская, то на ней будут постоянно задерживаться осадки, а это значит, что она может протечь, если она протекает, тогда это отражается на состоянии всего дома. И наоборот, если крыша прочная, то это добавляет устойчивости и защищенности всему дому.

## ПОЛНОЦЕННАЯ КОНСТРУКЦИЯ



## РЕАЛЬНАЯ КОНСТРУКЦИЯ



/

### Вопросы

С чем ассоциируется у вас «реальная конструкция», которая сейчас перед

вами?

Какие мысли и ассоциации приходят к вам, когда вы смотрите на ваше итоговое изображение?

Одинаковы ли ощущения и ассоциации в первом (когда представляли идеальный дом) и во втором случае, или противоположны?

Скорее всего, аналогичные ощущения испытывает в вашей семье ваш ребенок. В силу возраста, он не может выразить их корректно, словами. Но зато он их выражает своим поведением!

### **Вывод**

Пока не укреплен фундамент – нет смысла строить стены. А пока не возведены стены – нет смысла ставить крышу. Мы помним, что образ дома символизирует прочность ваших детско-родительских отношений. Оцените ваши зоны развития. Укрепив дом, вы укрепите отношения с ребенком.

## Тест-опросник «Мотивация выбора приемного ребенка» (Савченко В.В., Соломатина Г.Н.)

**Цель** – выявление мотивов, способствующих принятию ребенка в замещающую семью.

		Да	Нет
1.	Вы считали, что в Вашей жизни есть пустота, которую сможет заполнить ребенок		
2.	Вы надеялись, что приемный ребенок сможет реализовать Ваши несбывшиеся мечты		
3.	Вы считали, что в семье обязательно должен быть объект совместной заботы и любви – ребенок		
4.	Вы надеялись, что ребенок может стать продолжателем всех Ваших традиций		
5.	Дети в детских домах производили на Вас жалостное впечатление		
6.	Вы вырастили своих детей, и они живут вдали от Вас		
7.	Вы считали, что к тридцати годам у женщины обязательно должен быть ребенок		
8.	Вы хотели воспитать у приемного ребенка такие жизненные принципы, которые соответствовали бы Вашим		
9.	Вы полагали, что приемный ребенок поможет сохранить брак		
10.	Вам было одиноко, Вы чувствовали безграничную потребность в любви и теплоте		
11.	Вы считали, что приемный ребенок будет похож на Ваших родных детей		
12.	Вам часто задавали вопрос: «Не планируете ли Вы родить ребенка?», который вызывал у Вас неприятные ощущения		
13.	При просмотре передач о детях сиротах Вы часто испытывали чувство острой жалости к ним		
14.	Вы были убеждены, что приемный ребенок будет ухаживать за вами в старости		
15.	У Вас была острая необходимость стать кому-то по-настоящему нужным		
16.	По Вашему мнению, выплаты на приемного ребенка оказались крайне недостаточными		
17.	Вы считали, что каждая женщина рано или поздно обязательно должна стать матерью		
18.	Вы надеялись, что приемный ребенок станет надежной опорой и поддержкой в будущем		
19.	Вы полагали, что приобрели богатый родительский опыт, который позволит предотвратить многие проблемы при воспитании приемного ребенка		
20.	Вы считали, что, принимая ребенка-сироту в семью – совершаете подвиг		
21.	Вы надеялись создать для приемного ребенка психологически комфортную среду в Вашей семье		
22.	Вы считали, что государство недостаточно заботится о приемных семьях		
23.	Вы надеялись на то, что приемный ребенок сумеет достичь того, чего не смогли достичь Вы		
24.	Вы чувствовали в себе нерастраченную любовь и нежность		

25.	Вы считали, что при воспитании собственных детей допустили непоправимые ошибки, а с этим ребенком будет все иначе		
26.	Вы болезненно переживали, когда Вам задавали вопрос «Есть ли у Вас дети?»		
27.	Вы считали, что даже самый хороший педагог детского дома никогда не смог бы дать столько теплоты и заботы, сколько сможет дать родитель, даже приемный		
28.	Вы хотели приемному ребенку передать свой жизненный и профессиональный опыт		
29.	Вы потеряли родного ребенка в результате несчастного случая или болезни, хотели восполнить это		
30.	Вы получили бы существенную помощь при увеличении пособия на приемного ребенка		
31.	Ваши дети выросли, и Вы испытывали чувство «пустоты»		
32.	Вы испытывали неудовлетворенную потребность о ком-то заботиться		
33.	Вы считали, что коллективные методы воспитания в условиях детского дома, крайне неэффективны		
34.	Вы считали, что показателем успешной женщины является наличие ребенка		
35.	Вы надеялись, что сумеете пробудить в ребенке схожие с Вашими интересы		
36.	Вы хотели дать хотя бы одному ребенку из детского дома шанс на более достойную жизнь		
37.	Вы надеялись, что материальная помощь государства поможет улучшить благосостояние Вашей семьи		
38.	Вы полагали, что не допустите ошибок в воспитании приемного ребенка		
39.	Вы считали, что приемный ребенок обязан заботиться о приемных родителях в старости		
40.	Вы полагали, что ребенок поможет укрепить отношения в браке		
41.	Вы считали, что жизнь ребенка-сироты в приемной семье, даже материально неблагополучной, будет намного лучше, чем в детском доме		
42.	Вы считали, что социальная политика государства в отношении приемных семей неэффективна		
43.	У Вас неоднократно возникало желание оказать посильную помощь детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации		
44.	Вы надеялись, что приемный ребенок когда-нибудь подарит Вам свою любовь и заботу		
45.	Вы считали, что условия детского дома никогда не позволят воспитать полноценную личность		
46.	Вы хотели в приемном ребенке увидеть достойного наследника		
47.	Вы надеялись, что приемный ребенок может сгладить конфликтные отношения между мужем и женой		
48.	Вы хотели окружить ребенка-сироту своей любовью и заботой		
49.	Ваши родные дети не оправдали Ваших надежд		
50.	Вы считали, что даже самый благополучный детский дом никогда не сможет заменить ребенку теплоту семейного очага		
51.	Вы считали, что основой стабильного брака являются дети		
52.	Вы надеялись, что ребенок сразу станет Вам самым близким человеком		

53.	Вы хотели бы, чтобы выплаты пособий на приемного ребенка были значительно выше		
54.	Вы считали, что, когда выросли собственные дети, родители должны заниматься внуками или приемными детьми		
55.	Вы были убеждены, что приемный ребенок станет человеком, который подаст «стакан воды» в старости		
56.	Вы считали, что семья без ребенка – неполноценна		
57.	Вы считали, что приемный ребенок должен быть благодарен приемным родителям за то, что они для него сделали		
58.	Вас не волновал размер выплаты пособий на приемного ребенка		

Для каждого из видов мотивов, выясняемых при помощи данного опросника, ниже приведены номера суждений, связанные с данным видом мотива.

<b>№п/п</b>	<b>Мотив</b>	<b>Номер вопроса</b>
1.	Отсутствие детей	1, 10, 15, 24, 32
2.	Быть не хуже, чем другие	7, 12, 17, 20, 26, 34, 56
3.	Продолжатель традиций	2, 4, 8, 23, 28, 35, 46
4.	Желание вырвать ребенка из государственной системы воспитания	5, 21, 27, 33, 41, 50
5.	Заполнение образовавшейся брешки после потери собственного ребенка	29
6.	Заполнение образовавшейся пустоты после того, как собственные дети выросли	6, 11, 31, 54
7.	Желание помочь хотя бы одному ребенку	13, 36, 43, 45, 48, 52, 58
8.	Надежда на помощь в старости	14, 18, 39, 44, 55, 57
9.	Решение за счет приемных детей материальных проблем	16, 22, 30, 37, 42, 53
10.	Желание воздействовать на отношения с кем-либо из членов семьи	3, 9, 40, 47, 51
11.	Желание исправить собственный неудачный родительский опыт	19, 25, 38, 49

## **Интервью о привязанности для взрослых» (Бриш К.Х.)**

Вопросы к «Интервью о привязанности для взрослых»

### **1. Для начала расскажите кратко о своей семье.**

Просто скажите, где вы родились, где жили, часто ли переезжали и чем ваши родители занимались в профессиональном плане. Проводили ли вы в детстве много времени со своими бабушками и дедушками?

#### **Возможные дополнительные вопросы:**

Умерла ли ваша бабушка/умер ли ваш дедушка со стороны отца/со стороны матери еще до вашего рождения? Сколько лет тогда было вашей матери/вашему отцу? Она часто вам рассказывала/он часто вам рассказывал о ней/о нем? Есть ли у вас братья и сестры? Выросли ли вы вместе со своими братьями и сестрами у своих родителей? Жили ли в вашем доме еще другие люди кроме ваших братьев, сестер и родителей?

### **2. Могли бы вы теперь попробовать описать мне отношения, которые у вас в раннем детстве были с мамой и папой?**

Лучше всего было бы, если бы вы начали с самых ранних воспоминаний.

Если испытуемый затрудняется ответить на этот вопрос, нужно помочь ему конкретными вопросами.

Что ваша мама делала/ваш отец делал с вами? Они играли с вами? Когда ваша мать/ваш отец были дома? Как проходили выходные? Вы занимались чем-нибудь вместе? Можете ли вы вспомнить какое-то определенное событие, связанное со своей матерью/своим отцом?

### **3. А теперь попытайтесь найти пять прилагательных, которые максимально точно описывают ваши отношения с матерью в вашем детстве (в детстве и юности).**

Не спешите с ответом и сначала минутку подумайте. После этого я спрошу вас, почему вы выбрали именно эти прилагательные.

Хорошо, позвольте мне задать вам еще несколько вопросов. Вы описали свои отношения с матерью как ... Связаны ли с этим какие-то определенные воспоминания, приходит ли вам в голову какое-то определенное событие, подтверждающее это?

### **4. А сейчас поговорим о вашем отце.**

Попробуйте подобрать 5 прилагательных, отражающих ваши отношения с отцом в детстве. Опять не спешите с ответом, подумайте. После этого я опять спрошу вас, почему вы выбрали именно эти прилагательные.

Уточняющие вопросы, как в пункте 3.

### **5. К кому вы чувствовали себя ближе – к отцу или к матери?**

По какой причине? (Почему у вас не было таких чувств к ...?) Если вы сравните свое отношение к матери, с одной стороны, и к отцу, с другой, как они отличаются одно от другого?

### **6. Когда вы в детстве плохо себя чувствовали, что вы тогда делали?**

(Клиента нужно побуждать давать собственную интерпретацию «плохого самочувствия» и лишь после этого продолжать задавать вопросы.)

Когда у вас в детстве было какое-то горе или было грустно, что вы делали? Приходит ли вам в голову в связи с этим какое-то определенное событие? Можете ли вы вспомнить, что происходило, когда вы в детстве причиняли себе боль или поранились? Есть ли какая-то определенная ситуация, которая припоминается вам в этой связи? Как это было, когда вы в детстве болели? Связаны ли с этим какие-то

определенные воспоминания? *Если сообщают, что шли к родителям, нужно расспросить о деталях, которые спонтанно приходят в голову клиенту. После этого прямо переспросить, брали ли родители его/ее на руки и хотел ли ребенок телесного контакта. Если человек в своих ответах ссылаясь лишь на одного из родителей, нужно расспросить и о другом.*

**7. Вы можете вспомнить, когда в детстве впервые расстались со своими родителями?**

Как произошло это расставание? Сколько лет вам было тогда? Что вы тогда чувствовали и как переживали разлуку? Как ваши родители реагировали на это расставание? Можете ли вы вспомнить еще какие-то переживания расставания?

**8. Чувствовали ли вы себя отвергнутым, будучи маленьким ребенком?**

Здесь важно, что в детстве вы ощущали это именно так, даже если сегодня, будучи взрослым, вы, возможно, оценили бы это совсем по-другому. *(Можно привести свой или какой-либо ранее упомянутый пример, однако надо оставить достаточно времени для собственной интерпретации.)* Сколько лет вам было, когда вы впервые так почувствовали себя? Как вы отреагировали на это?

Как вы думаете, почему ваши родители вели себя так? Думаете ли вы, что ваши родители сознательно занимали такую отвергающую позицию?

**9. Чувствовали ли вы когда-нибудь угрозу, исходившую от ваших родителей, возможно, когда они угрожали вам каким-либо наказанием шутки ради или по дисциплинарным соображениям?** Некоторые люди, с которыми мы проводили интервью, сообщали нам, что им угрожали, что родители их покинут или что их (тогда еще детей) прогонят из дома либо отправят куда-нибудь. Сталкивались ли вы когда-нибудь с подобными угрозами со стороны ваших родителей? Некоторые люди рассказывали нам, что они подвергались жестокому обращению или насилию. Пережили ли вы также нечто подобное? Было ли что-то похожее в вашей семье? Сколько лет вам было в то время? Часто ли такое происходило? Есть ли у вас ощущение, что это событие/эти события до сих пор все еще причиняют вам много неприятностей? Думаете ли вы, что это повлияло на вашу личность? Повлияло ли это на манеру вашего общения с вашими собственными детьми? *(Если человек даст отрицательный ответ на этот вопрос, можно переспросить: наказывали ли родители ребенка, и если да, то как)*

**10. Как вы думаете, каким образом опыт общения с вашими родителями повлиял на вашу личность, когда вы стали взрослым?**

Есть ли определенные события (аспекты), которые, по вашему мнению, препятствовали вашему развитию?

**11. Есть ли у вас объяснение тому, почему ваши родители вели себя по отношению к вам именно так, как они это делали?**

Были ли кроме ваших родителей еще и другие взрослые, которые были очень близки вам или которые были особенно важны для вас? Был(а) ... своего рода родительской фигурой? (Относился ли к вам кто-либо как родитель?) *(Значение/вид отношений.)*

**12. Были ли кроме ваших родителей еще и другие взрослые, которые были очень близки вам или которые были особенно важны для вас?**

Был (а)... своего рода родительской фигурой? (Относился ли к вам кто – либо как родитель?) *(Значение /вид отношений)*

**13. Пережили ли вы, будучи маленьким ребенком, смерть какого-нибудь близкого члена семьи?**

Могли бы вы мне описать подробности? Сколько лет вам тогда было? Как вы тогда отреагировали на эту смерть? Были ли вы подготовлены к этой смерти, или она

была неожиданной? Можете ли вы вспомнить, как вы тогда себя чувствовали? Изменились ли ваши чувства в отношении этой потери с течением времени? (*Если ваши родители/братья/сестры умерли, то...*) Какие последствия имела смерть вашей матери/отца/брата/сестры для других членов семьи и для вашей совместной жизни (*для другого родителя, для домашнего хозяйства, для бытовых условий*)?

Изменилась ли эта ситуация с течением времени? Думаете ли вы, что эта потеря оказала влияние на вашу личность? Повлияло ли это на отношения с вашими детьми?)

(а) Потеряли ли вы в детстве еще одного важного человека?

*Те же уточняющие вопросы, что и в предыдущем пункте.*

(б) Были ли близкие люди, которых вы потеряли, будучи взрослым?

*Те же уточняющие вопросы, что и в предыдущем пункте.*

**14. Кроме уже описанных событий, связанных с тяжелыми переживаниями, были ли другие, которые Вы могли бы расценить как травмирующие?**

Позвольте испытуемому свободные ассоциации, а затем, при необходимости, разъясните: я имею в виду любой опыт, который был чрезвычайно пугающим. Этот вопрос - недавнее дополнение к интервью. Он позволяет участникам вспоминать события, которые в противном случае могут быть упущены, такие как сцены насилия, которые они наблюдали, военные события, насильственную сепарацию или изнасилование. Будьте при этом осторожны, особенно в том, чтобы к концу интервью не был перегружен негативными эмоциями.

**15. Произошли ли со времени вашего детства большие изменения в ваших отношениях с родителями?**

То есть на протяжении всего детства и до сих пор? (В пубертатный период/бунт; примирения.)

**16. Как выглядит ваше отношение к родителям сегодня?**

(Сколько контактов; причина удовлетворения/недовольства.)

**17. Перейдем теперь к вопросам не про Ваши отношения с родителями, а про Ваши (родительские) отношения с собственными детьми.**

Если есть дети

Какие чувства вы теперь испытываете, реагируя на расставания со своим ребенком? Вы когда-нибудь переживаете за своего ребенка?

Если нет детей

Представьте себе, что у вас есть дети...

Как вы думаете, какие чувства возникли бы у вас при расставании со своим ребенком? Что бы Вы чувствовали, переживая за своего ребенка?

**18. Вопросы о будущем Ваших детей**

Если есть дети

Если бы вы загадывали 3 желания для своего сына/своей дочери, когда ему/ей было примерно 20 лет, что бы вы для них пожелали? Я имею в виду, какое будущее вы желаете своему ребенку? Подумайте минуту об этом.

Если нет детей

Если бы у вас были дети и вы загадывали 3 желания для своего сына/своей дочери, в то время, когда ему/ей было бы примерно 20 лет, что бы вы для них пожелали?

Я имею в виду, какое будущее вы желали бы своему ребенку? Подумайте минуту об этом.

**19. Есть ли что – то определенное, чему, как вы предполагаете, вы научились на своем детскомопыте?**

**20. До сих пор в интервью мы обсуждали почти исключительно**

**прошлом. Хотелось закончить интервью вопросом, относящимся к будущему.**

Мы только что говорили о том, что Вы, возможно узнали из собственного детского опыта. Теперь хотелось бы спросить, чему, как Вы надеетесь, когда-нибудь научится ваш сын/ваша дочь (или, Ваш предполагаемый ребенок) на опыте своего общения с родителями?

## Методики экспресс-диагностики (Бойко В.В.)

Методики экспресс-диагностики В.В. Бойко созданы в конце 1990-х гг., представляют собой небольшие по объему и короткие по времени обследования (10–30 минут) опросники, направленные на выявление ряда психоэмоциональных особенностей и состояния испытуемого, таких как склонность к дистимии, эйфории или дисфории, импульсивности, аффективному поведению, трудностей в установлении эмоциональных контактов, эмоционального «выгорания». Значимые данные по процедуре разработки и стандартизации опросников отсутствуют. Опросники, предназначенные для диагностики взрослых лиц без особых ограничений по каким-либо социальным и т. п. признакам. Большая часть опросников В.В. Бойко может использоваться как в работе психолога, так и для самодиагностики, так как они просты в обработке и интерпретации результатов не требуют особой психологической подготовки или специальных знаний.

### 1. Методика экспресс-диагностики личностной склонности к сниженному настроению (дистимии)

**Инструкция:** Вам предлагается 12 утверждений. Ознакомьтесь с утверждениями и ответьте «да», если это утверждение действительно для Вас, или «нет», если оно к Вам не относится.

#### Текст опросника

1. Вы унылый, редко радующийся человек.
2. Вам трудно быть абсолютно беззаботным и веселым, отключившимся от всех забот.
3. Вас трудно чем-то обрадовать.
4. Вас часто посещают мрачные мысли.
5. Хорошая солнечная погода не вызывает у вас душевного подъема.
6. Вы чувствуете себя не совсем уютно в шумной, веселой компании.
7. Вы оцениваете жизнь в целом пессимистично.
8. В будущем вы не ожидаете радости.
9. У вас часто несколько подавленное настроение.
10. Жизнь вам кажется трудной.
11. Вы равнодушны к анекдотам (или не любите их).
12. В беседе вы скупы на слова.

#### Обработка и интерпретация результатов

Подсчитывается количество утвердительных ответов (каждый утвердительный ответ оценивается в 1 балл, отрицательные ответы не учитываются).

**10–12 баллов** – дистимия, постоянно пониженное настроение, определяющее стиль всей жизни;

**5–9 баллов** – заметна тенденция к пониженному настроению;

**4 балла и меньше** – тенденция к пониженному настроению отсутствует.

### Методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды

**Инструкция:** Вам предлагается 39 утверждений. Оцените утверждения, выбирая подходящий вариант ответа – «а», «б» или «в». Будьте искренни.

#### Текст опросника

**Когда я усталый прихожу с работы домой, то усталость:**

- а) быстро проходит;
- б) остается какое-то время, но я ее не показываю;
- в) отрицательно сказывается на общении с домашними.

**Жизнь показывает, что я склонен:**

- а) все видеть в основном оптимистично;
- б) воспринимать все преимущественно в спокойных, нейтральных тонах; в) относиться ко всему по большей части пессимистично.

**Когда на улице хорошая погода, то чаще всего:**

- а) у меня улучшается настроение или повышается активность;
- б) мне хочется расслабиться, отложить дела, бездельничать;
- в) я на это никак не реагирую или чувствую себя несчастным, подавленным.

**Если бы мне предложили пройти тест на определение уровня интеллекта,**

**то я:**

- а) охотно согласился бы;
- в) постарался бы не проходить;
- в) категорически отказался бы.

**В общении с новым деловым партнером (коллегой) я обычно:**

- а) легко и быстро вступаю в контакт;
- б) сначала некоторое время присматриваюсь и проявляю осторожность;
- в) стараюсь вообще особенно не сближаться.

**Когда бывает радостно на душе, то обычно мне хочется:**

- а) чтобы это увидели, почувствовали все;
- б) чтобы это увидели, почувствовали только близкие мне люди;
- в) чтобы этого никто не заметил.

**Очередное трудное обстоятельство в жизни я чаще всего воспринимаю:**

- а) с готовностью успешно преодолеть;
- б) с некоторой тревогой, беспокойством; в) с чувством досады или раздражения.

**Написать письмо на телевидение меня могла бы побудить, скорее всего:**

- а) передача, которая очень понравилась;
- б) передача, которая содержала вопрос, требующий ответа;
- в) передача, которая вызвала протест, неудовлетворение.

**Когда возникают нежные чувства к**

**близким, я обычно:**

- а) проявляю их открыто;
- б) стесняюсь своей сентиментальности;
- в) стараюсь не показывать.

**Необходимость принимать ответственные решения в личной жизни обычно:**

- а) мобилизует меня;
- б) вызывает растерянность, ставит в тупик;
- в) огорчает или расстраивает.

**Сомнительные, но интересные идеи, знания, факты я обычно:**

- а) включаю в багаж своих знаний;
- б) тщательно обдумываю, взвешиваю;
- в) решительно отторгаю или опровергаю.

**Когда представители противоположного пола говорят мне комплименты, я обычно:**

- а) не скрываю своего удовольствия;
- б) смущаюсь, чувствую неловкость;
- в) сомневаюсь в их искренности.

**Если мое предложение будет отвергнуто руководителем, то я, скорее**

**всего:**

- а) сделаю новое предложение или внесу исправления в прежнее;
- б) буду переживать в себе случившееся;
- в) выскажу свое недовольство или не стану впредь вносить предложения.

**Я – человек:**

- а) очень доверчивый;
- б) осмотрительный, настороженный;
- в) очень недоверчивый.

**На юмор и шутки в основном реагирую так:**

- а) открыто смеюсь, радуюсь;
- б) воспринимаю сдержанно;
- в) отношусь критично или реагирую редко.

**Если кто-либо из членов семьи опять делает не, то или не так, я чаще**

**всего:**

- а) терпеливо и спокойно объясняю, как надо сделать;
- б) начинаю ворчать, брюзжать;
- в) шумлю, ругаюсь, устраиваю разгон.

**Жизнь чаще:**

- а) радуется;
- б) не вызывает определенных эмоций;
- в) огорчает или разочаровывает.

**Анекдоты я:**

- а) обожаю;
- б) воспринимаю без особого восторга;
- в) не люблю.

**Неприятные обязанности на работе я большей частью выполняю:**

- а) столь же терпеливо, как и остальные;
- б) нехотя;
- в) с неудовольствием или с досадой, раздражением.

**Для моего стиля жизни больше характерно:**

- а) активное планомерное продвижение к намеченной цели;
- б) стабильность, постоянство;
- в) желание периодически многое или что-нибудь резко изменить.

**Если бы мне предложили отметить круглую дату моего трудового пути, я бы, вероятнее всего, ответил:**

- а) принимаю предложение;
- б) мне не очень хочется или неловко оказаться в центре внимания;
- в) я не люблю подобные мероприятия.

**На справедливые, но обидные по форме замечания в мой адрес я обычно в первый момент реагирую так:**

- а) принимаю с благодарностью, признанием;
- б) обижаюсь, но не показываю это;
- в) защищаюсь или теряю самообладание, «завожусь».

**Я хотел бы, чтобы моя профессиональная деятельность:**

- а) была связана с активным общением с людьми;
- б) не требовала активного общения;
- в) по возможности исключала общение.

**Дружеские подшучивания по моему адресу:**

- а) вполне принимаю;
- б) не одобряю, но терплю;
- в) не выношу, не приемлю.

**Недостатки личности делового партнера чаще всего:**

- а) принимаю как обстоятельство, которое надо преодолевать;
- б) стараюсь молча терпеть;
- в) заставляют нервничать, огорчаться.

**Будь я руководителем, то для завоевания авторитета у коллег предпочел бы такое средство:**

- а) оказание помощи и поддержки;
- б) терпение и выдержку;
- в) строгость и требовательность.

**Если бы на собрании коллектива меня похвалили за хорошую работу, то, по всей вероятности:**

- а) я не скрывал бы своего удовлетворения;
- б) смутился бы или постарался скрыть свои чувства;
- в) не испытал бы особых чувств или это меня не порадовало.

**Если меня кто-либо разозлит, то:**

- а) быстро отхожу, забывая о случившемся;
- б) успокаиваю себя, убеждаю, что надо уметь прощать, и у меня это получается;
- в) злюсь долго и ничего с этим не могу поделать.

**Когда вечером раздается неожиданный стук в дверь, то я по обыкновению:**

- а) ожидаю что-нибудь приятное;
- б) настораживаюсь, но не подаю вида;
- в) явно нервничаю, жду что-нибудь неприятное.

**Когда в дружеской компании меня просят петь или плясать, то я:**

- а) тут же откликаюсь;
- б) некоторое время смущаюсь и не решаюсь;
- в) предпочитаю, чтобы меня не просили.

**Мелочи жизни я воспринимаю:**

- а) как тонизирующий фактор;
- б) как беспокоящее меня обстоятельство;
- в) как досадные неприятности.

**Моя жизнь в целом:**

- а) наполнена яркими событиями, которые я чаще всего сам себе организую;
- б) размерена и спокойна;
- в) скучна и однообразна.

**Если бы кто-нибудь из коллег, с которым не было особых отношений, вдруг стал мне оказывать дружеское расположение, то:**

- а) я тут же ответил бы взаимностью;
- б) сначала постарался бы понять причину, а потом решил, как себя вести;
- в) воздержался бы от дружеских отношений.

**Если коллега нанесет мне какую-то обиду, то я, скорее всего:**

- а) быстро смогу простить его;
- б) буду переживать, стараясь не показывать это;
- в) когда-нибудь отвечу ему тем же.

**Обстановка на работе чаще всего вызывает:**

- а) хорошее или бодрое, приподнятое настроение;
- б) внутреннее напряжение, беспокойство;
- в) раздражение или плохое, сниженное настроение.

**Полезные советы со стороны знакомых я обычно:**

- а) тут же принимаю с благодарностью;
- б) тщательно обдумываю и проверяю на надежность;
- в) не принимаю в расчет, стараюсь жить своим умом.

**Если кто-либо из коллег проявит недовольство беспорядками в нашей работе, я, скорее всего:**

- а) постараюсь своим участием уладить конфликт;
- б) буду наблюдать за развитием действий;
- в) приму сторону недовольных или обиженных.

**Большинство людей в моем окружении на работе (в учебном заведении):**

- а) вызывает доверие;
- б) заставляет держаться настороженно;
- в) вызывает недоверие.

**В последнее время праздники я обычно встречаю:**

- а) с подъемом и радостью;
- б) с некоторой грустью, тревогой, разочарованием или безразличием;
- в) с явной досадой, раздражением или ощущением пустоты, одиночества.

#### **Обработка и интерпретация результатов**

При обработке и интерпретации результатов методики учитывается два параметра:

**13. тип эмоциональной реакции (направленность активности):**

- а – «эйфорическая активность вовне»,
- б – «рефрактерная активность вовнутрь»,
- в – «дисфорическая активность вовне».

**14. характер стимулов:**

**положительные** – обладают позитивным личностным смыслом или социальным значением (хорошая погода, радость на душе, комплимент окружающих, шутка);

**амбивалентные (или нейтральные)** – двойственны по своей природе, в них можно обнаружить либо положительный, либо негативный смысл; все зависит от установок самой личности, от ее тенденции приписывать вещам, явлениям, людям хорошие или плохие качества (новый деловой партнер, телевизионная передача, сомнительные идеи, окружающие люди, жизнь в целом, обычная обстановка на работе);

**отрицательные** – обладают отрицательным личностным смыслом или социальным значением (ощущение усталости, надо пройти интеллектуальное испытание, трудное обстоятельство в жизни).

Подвести итоги позволяет таблица, в которую надо перенести данные ответов испытуемого. Каждое совпадение с ключом в нужной графе оценивается в 1 балл. Затем подсчитывается общее количество ответов «а», «б», «в» по колонкам таблицы.

Характер стимулов	№ вопроса	Тип эмоциональной реакции		
		Эйфорическая (ответ «а»)	Рефрактерная (ответ «б»)	Дисфорическая (ответ «в»)
<b>Негативные</b>	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37			
<b>Амбивалентные</b>	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38			
<b>Позитивные</b>	3, 6, 9, 12, 15, 18,			

	21, 24, 27, 30, 33, 36, 39			
	<b>Всего:</b>			

Преобладание ответа «а» (независимо от характера стимулов) свидетельствует о доминировании эйфорического типа реакции. Это означает, что человек реагирует на позитивные, негативные и нейтральные жизненные ситуации с энтузиазмом, подъемом или восторгом, пытается конструктивно решать жизненные проблемы или игнорирует их.

Наибольшее количество ответов типа «б» говорит о том, что эмоциональная система восприятия испытуемого пасует перед разными влияниями – положительными, отрицательными и амбивалентными. В окружающей действительности она выбирает преимущественно амбивалентные стимулы. При этом они «застревают» в личности, остаются в виде переживаний неприятного осадка, размышлений, затаенной грусти, обиды, злобы.

При доминировании дисфорической реакции (больше всего ответов «в») положительные и отрицательные стимулы сводятся к негативным переживаниям, а эмоциональная система в целом настроена на негативные стимулы.

Исследования автора показывают, что «чистые» типы встречаются редко, и обычно их демонстрируют личности с акцентуациями в характере и признаками невротичности. Чаще отмечаются «смешанные» типы реагирования на внешние и внутренние воздействия.

## 2. Методика экспресс-диагностики неуправляемой эмоциональной возбудимости

**Инструкция:** Вам предложено 12 утверждений. Ознакомьтесь с утверждениями и ответьте «да», если это утверждение действительно для Вас, или «нет», если оно к Вам не относится.

### Текст опросника

1. Обычно вы высказываете свои мнения людям откровенно, не особо задумываясь над выбором слов и выражений.
2. Вы быстро начинаете злиться или впадать в гнев.
3. Вы можете ударить обидчика, оскорбившего вас.
4. После приема небольшой дозы алкоголя вы становитесь несдержанным.
5. Вы можете стать резким или нагрубить, когда заденут ваше самолюбие.
6. В детстве вы убегали из дома, обидевшись на родителей.
7. Вы обижаетесь по пустякам.
8. Перед важной встречей, событием вы очень волнуетесь, нервничаете.
9. Под влиянием эмоций вы можете сказать такое, о чем потом будете жалеть.
10. В возбужденном состоянии вы плохо контролируете свои действия (можете бить посуду, швырять вещи, ломать предметы).
11. Вам приходилось расплачиваться за свою вспыльчивость (вас наказывали, объявляли выговор, вас покидали друзья и т. п.).
12. Нередко вы быстро покупаете понравившуюся вам вещь, не успев рассмотреть и оценить ее как следует, и оказывается, что купили не то, что надо.

### Обработка и интерпретация результатов

Подсчитывается количество утвердительных ответов (каждый утвердительный ответ оценивается в 1 балл, отрицательные ответы не учитываются).

**10–12 баллов** – свидетельствуют о высоком уровне импульсивности,

неуправляемой эмоциональной возбудимости, что приводит к проблемам в деловых и личных отношениях.

**5–9 баллов** – свидетельствуют о присутствии признаков импульсивности.

**4 балла и меньше** – отсутствие импульсивности.

### **3. Методика экспресс-диагностики склонности к аффективному поведению**

**Инструкция:** ответьте «да» или «нет» на приводимые ниже ситуации: как Вы чаще всего поступаете?

#### **Текст опросника**

1. Вы долго помните оскорбления и обиды, которые вам нанесли.
2. Практически постоянно вы выясняете с кем-то отношения (либо с одним и тем же человеком, либо с разными партнерами).
3. Вам очень трудно сделать первый шаг к примирению, когда вас кто-то обидел.
4. Вы долго переживаете из-за несправедливости по отношению к себе.
5. Мелкие неприятности вы обычно рассказываете близким, ища сочувствия.
6. По несколько дней вы мысленно выясняете свои отношения с обидчиком (высказываете ему, что думаете, доказываете свою правоту и т. п.).
7. Поссорившись с близким человеком, вы можете не разговаривать с ним долгое время.
8. Вы долго переживаете случившийся с вами конфуз, допущенный промах, ошибку в работе.
9. После конфликта дома (на работе) вы бываете до того расстроены, что идти домой (на работу) вам кажется просто невыносимым.
10. Вы часто с трудом засыпаете из-за того, что проблемы прожитого или будущего дня все время крутятся в ваших мыслях.
11. Вы не в состоянии отвлечься от трудных проблем, требующих решения.

#### **Обработка и интерпретация результатов**

Подсчитывается количество утвердительных ответов (каждый утвердительный ответ оценивается в 1 балл, отрицательные ответы не учитываются). Чем больше утвердительных ответов получено, тем более дисфункционален стереотип эмоционального поведения обследуемого.

**10–11 баллов** – высокий уровень аффективности, аффективность – неотъемлемая черта характера испытуемого.

**5–8 баллов** – аффективность свойственна испытуемому, возможно, достигла уровня тенденции.

**4 балла и меньше** – испытуемому не свойственны дисфункциональные аффективные состояния.

### **4. Методика диагностики помех в установлении эмоциональных контактов**

**Инструкция:** Вам предлагается 25 утверждений. Ознакомьтесь с утверждениями и ответьте «да», если это утверждение действительно для Вас, или «нет», если оно к Вам не относится.

#### **Текст опросника**

1. Обычно к концу рабочего дня на моем лице заметна усталость.
2. Случается, что при первом знакомстве эмоции мешают мне произвести

более благоприятное впечатление на партнеров (теряюсь, волнуюсь, замыкаюсь или, напротив, много говорю, перевозбуждаюсь, веду себя неестественно).

3. В общении мне часто недостает эмоциональности, выразительности.
4. Пожалуй, я кажусь окружающим слишком строгим.
5. Я в принципе против того, чтобы изображать учтивость, если тебе не хочется.
6. Я обычно умею скрыть от партнеров вспышки эмоций.
7. Часто в общении с коллегами я продолжаю думать о чем-то своем.
8. Бывает, я хочу выразить партнеру эмоциональную поддержку (внимание, сочувствие, сопереживание), но он этого не чувствует, не воспринимает.
9. Чаще всего в моих глазах или в выражении лица видна озабоченность.
10. В деловом общении я стараюсь скрывать свои симпатии к партнерам.
11. Все мои неприятные переживания обычно написаны на моем лице.
12. Если я увлекаюсь разговором, то мимика лица становится излишне выразительной, экспрессивной.
13. Пожалуй, я несколько эмоционально скован, зажат.
14. Я обычно нахожусь в состоянии нервного напряжения.
15. Обычно я чувствую дискомфорт, когда приходится обмениваться рукопожатиями в деловой обстановке.
16. Иногда близкие люди одергивают меня: расслабь мышцы лица, не криви губы, не морщи лицо и т. п.
17. Разговаривая, я излишне жестикулирую.
18. Обычно в новой ситуации мне трудно быть раскованным, естественным.
19. Пожалуй, мое лицо часто выражает печаль или озабоченность, хотя на душе спокойно.
20. Мне затруднительно смотреть в глаза при общении с малознакомым человеком.
21. Если я хочу, то мне всегда удается скрыть свою неприязнь к плохому человеку.
22. Мне часто бывает весело без всякой причины.
23. Мне очень просто сделать по собственному желанию или по заказу разные выражения лица: изобразить печаль, радость, испуг, отчаяние и т. д.
24. Мне говорили, что мой взгляд трудно выдержать.
25. Мне что-то мешает выражать теплоту, симпатию человеку, даже если я испытываю эти чувства к нему.

### Обработка и интерпретация результатов

Под «помехами» в установлении эмоциональных контактов подразумевается неумение управлять эмоциями, дозировать их, неадекватное проявление эмоций, негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций, доминирование негативных эмоций, нежелание сближаться с другими людьми на эмоциональной основе. Результаты диагностики обрабатываются по ключу

«Помехи» в установлении эмоциональных контактов	Номер утверждения	
	ответ «да»	ответ «нет»
Неумение управлять эмоциями, дозировать их	1, 11, 16	6, 21
Неадекватное проявление эмоций	2, 7, 12, 17, 22	
Негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций	3, 8, 13, 18	23
Доминирование негативных эмоций	4, 9, 14, 19, 24	

Нежелание сближаться с другими людьми на эмоциональной основе	5, 10, 15, 20, 25	
---	-------------------	--

Каждое совпадение ответа с ключом оценивается в 1 балл. Результаты позволяют посмотреть, как конкретные проблемы в установлении эмоциональных контактов, так и общий уровень социальной адаптации успешности в установлении социальных контактов. Для общего вывода подсчитывается сумма всех набранных баллов (максимальное количество баллов по методике – 25).

Чем больше баллов, тем очевиднее наличие эмоциональных проблем в повседневном общении.

**0–5 баллов** – эмоции обычно не мешают общаться с партнерами.

**6–8 баллов** – есть некоторые эмоциональные проблемы в повседневном общении.

**9–12 баллов** – свидетельство того, что эмоции «на каждый день» в некоторой степени осложняют взаимодействие с партнерами.

**13 баллов и больше** – эмоции явно мешают устанавливать контакты с людьми, возможно, испытуемый подвержен каким-либо дезорганизирующим реакциям или состояниям.

Слишком маленькое количество баллов (0-2) может, по мнению автора, свидетельствовать о том, что испытуемый был неискренен в своих ответах, либо плохо видит себя со стороны.

Значимость конкретных «помех», которые отчетливо возникают у испытуемого – это пункты, по которым набрано 3 и более баллов. На эти проблемы следует обратить внимание и заняться их устранением.

### **5. Методика диагностики эмоционального «выгорания» личности**

Эмоциональное «выгорание» – это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Эмоциональное «выгорание» представляет собой приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального, поведения. «Выгорание» – отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

**Инструкция:** если Вы являетесь профессионалом в какой-либо сфере взаимодействия с людьми, Вам будет интересно увидеть, в какой степени у Вас сформировалась психологическая защита в форме эмоционального «выгорания». Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет». Примите во внимание, что если в формулировках опросника идет речь о партнерах, то имеются ввиду субъекты Вашей профессиональной деятельности – пациенты, клиенты, потребители, заказчики, учащиеся и другие люди, с которыми Вы ежедневно работаете.

#### **Текст опросника**

1. Организационные недостатки на работе постоянно заставляют нервничать, переживать, напрягаться.

2. Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры.

3. Я ошибся в выборе профессии или профиля деятельности (занимаю не свое место).

4. Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее).

5. Теплота взаимодействия с партнерами очень зависит от моего настроения – хорошего или плохого.

6. От меня как профессионала мало зависит благополучие партнеров.

7. Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2-3) мне хочется побыть одному, чтобы со мной никто не общался.

8. Когда я чувствую усталость или напряжение, то стараюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие).

9. Мне кажется, что эмоционально я не могу дать партнерам того, что требует профессиональный долг.

10. Моя работа притупляет эмоции.

11. Я откровенно устал от человеческих проблем, с которыми приходится иметь дело на работе.

12. Бывает, я плохо засыпаю (сплю) из-за переживаний, связанных с работой.

13. Взаимодействие с партнерами требует от меня большого напряжения.

14. Работа с людьми приносит все меньше удовлетворения.

15. Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность.

16. Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь.

17. Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты.

18. Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отношениях с деловым партнером.

19. Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше.

20. Из-за нехватки времени, усталости или напряжения часто уделяю внимание партнеру меньше, чем положено.

21. Иногда самые обычные ситуации общения на работе вызывают раздражение.

22. Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров.

23. Общение с партнерами побудило меня сторониться людей.

24. При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение.

25. Конфликты или разногласия с коллегами отнимают много сил и эмоций.

26. Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами.

27. Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной.

28. У меня часто возникают тревожные ожидания, связанные с работой: что-то должно случиться, как бы не допустить ошибки, смогу ли сделать все как надо, не сократят ли и т. п.

29. Если партнер мне неприятен, я стараюсь ограничить время общения с ним или меньше уделять ему внимания.

30. В общении на работе я придерживаюсь принципа: «Не делай людям добра, не получишь зла».

31. Я охотно рассказываю домашним о своей работе.

32. Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты).

33. Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу.

34. Я очень переживаю за свою работу.

35. Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности.

36. При мысли о работе мне обычно становится не по себе: начинает колоть в области сердца, повышается давление, появляется головная боль.

37. У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отношения с непосредственным руководителем.

38. Я часто радуюсь, видя, что моя работа приносит пользу людям.
39. В последнее время (или как всегда) меня преследуют неудачи в работе.
40. Некоторые стороны (факты) моей работы вызывают глубокое разочарование, повергают в уныние.
41. Бывают дни, когда контакты с партнерами складываются хуже, чем обычно.
42. Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятельности) на «хороших» и «плохих».
43. Усталость от работы приводит к тому, что я стараюсь сократить общение с друзьями и знакомыми.
44. Я обычно проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела.
45. Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со свежими силами, в хорошем настроении.
46. Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партнерами автоматически, без души.
47. На работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого.
48. После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия.
49. На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки.
50. Успехи в работе вдохновляют меня.
51. Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (почти безысходной).
52. Я потерял покой из-за работы.
53. На протяжении последнего года была жалоба (были жалобы) в мой адрес со стороны партнера(ов).
54. Мне удается беречь нервы благодаря тому, что многое из происходящего с партнерами я не принимаю близко к сердцу.
55. Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции.
56. Я часто работаю через силу.
57. Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь.
58. В работе с людьми руководствуюсь принципом: «Не трать нервы, береги здоровье».
59. Иногда иду на работу с тяжелым чувством: как все надоело, никого бы не видеть и не слышать.
60. После напряженного рабочего дня я чувствую недомогание.
61. Контингент партнеров, с которым я работаю, очень трудный.
62. Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю.
63. Если бы мне повезло с работой, я был бы более счастлив.
64. Я в отчаянии из-за того, что на работе у меня серьезные проблемы.
65. Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной.
66. Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание.
67. Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил заниматься домашними делами.
68. Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день кончился.
69. Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне

волнуют.

70. Работая с людьми, я обычно как бы ставлю экран, защищающий от чужих страданий и отрицательных эмоций.

71. Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня.

72. Чтобы восстановить силы, я часто принимаю лекарства.

73. Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко.

74. Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств.

75. Моя карьера сложилась удачно.

76. Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой.

77. Некоторых из своих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать.

78. Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных интересах.

79. Моя усталость на работе обычно мало сказывается (никак не сказывается) на общении с домашними и друзьями.

80. Если предоставляется случай, я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил.

81. Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе.

82. Ко всему (почти ко всему), что происходит на работе, я утратил интерес, живое чувство.

83. Работа с людьми плохо повлияла на меня как на профессионала – обозлила, сделала нервным, притупила эмоции.

84. Работа с людьми явно подрывает мое здоровье.

### **Обработка и интерпретация результатов**

Результаты диагностики обрабатываются по ключу. В ключе представлены 12 основных симптомов эмоционального выгорания, распределенных в 3 фазы развития стресса (напряжение, резистенция, истощение). К каждому симптому отнесены определенные номера вопросов из опросника с необходимым знаком ответа («+» для ответа «да» и «-» для ответа «нет»). Если ответ испытуемого на данный вопрос совпадает с ключом, то ему присуждается количество баллов, указанное в скобках.

Каждый вариант ответа предварительно оценен компетентными экспертами тем или иным количеством баллов (указывается в ключе рядом с номером суждения в скобках). Это сделано потому, что признаки, включенные в симптом, имеют разное значение в определении его тяжести. Максимальную оценку (10 баллов) получил от экспертов признак, наиболее показательный для симптома. Затем в соответствии с ключом осуществляются следующие подсчеты:

определяется сумма баллов отдельно для каждого из 12 симптомов «выгорания»;

подсчитывается сумма показателей симптомов для каждой из трех фаз формирования «выгорания»;

находится итоговый показатель синдрома эмоционального «выгорания» – сумма показателей всех 12 симптомов.

### **Напряжение. Переживание психотравмирующих обстоятельств:**

+1(2), +13(3), +25(2), -37(3), +49(10), +61(5), -73 (5);

### **Неудовлетворенность собой:**

-2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74 (5);

### **«Загнанность в клетку»:**

+3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75 (5);

### **Тревога и депрессия:**

+4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), +64(2), +76(3).

**Резистенция. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование:**

+5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77 (5);

**Эмоционально-нравственная дезориентация:**

+6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78 (5);

**Расширение сферы экономии эмоции:**

+7(2), +19(10), -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79 (5);

**Редукция профессиональных обязанностей:**

+8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80( 10).

**Истощение. Эмоциональный дефицит:**

+9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81 (2);

**Эмоциональная отстраненность:**

+10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82 (10);

**Личностная отстраненность (деперсонализация):**

+11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10);

**Психосоматические и психовегетативные нарушения:**

+12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +72(10), +84(5).

Предложенная методика дает подробную картину синдрома эмоционального «выгорания».

Прежде всего надо обратить внимание на отдельно взятые симптомы.

Показатель выраженности каждого симптома колеблется в пределах от 0 до 30 баллов:

**9 и менее баллов** – не сложившийся симптом;

**10–15 баллов** – складывающийся симптом;

**16 и более** – сложившийся симптом.

Симптомы с показателями 20 и более баллов относятся к доминирующей фазе или во всем синдроме эмоционального «выгорания». Методика позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания» важно отметить, к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы, и в какой фазе их наибольшее число.

Дальнейший шаг в интерпретации результатов диагностики – осмысление показателей фаз развития стресса – **напряжение, резистенция и истощение**. В каждой из них оценка возможна в пределах от 0 до 120 баллов. Однако сопоставление баллов, полученных для фаз, неправомерно, ибо не свидетельствует об их относительной роли или вкладе в синдром. Дело в том, что измеряемые в них явления существенно разные – реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы. По количественным показателям правомерно судить только о том, насколько каждая фаза сформировалась, какая фаза сформировалась в большей или меньшей степени:

**36 и менее баллов** – фаза не сформировалась; **37–60 баллов** – фаза в стадии формирования; **61 и более баллов** – сформировавшаяся фаза.

Оперируя смысловым содержанием и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать достаточно объемную характеристику личности и, что не менее важно, наметить индивидуальные меры профилактики и психокоррекции.

Освещаются следующие вопросы:

какие симптомы доминируют;

какими сложившимися и доминирующими симптомами сопровождается истощение;

объяснимо ли истощение (если оно выявлено) факторам профессиональной деятельности, вошедшими в симптоматику «выгорания», или субъективными

факторами;

какой симптом (симптомы) более всего отягощает эмоциональное состояние личности;

в каких направлениях надо влиять на производственную обстановку, чтобы снизить нервное напряжение;

какие признаки и аспекты поведения самой личности подлежат коррекции, чтобы эмоциональное «выгорание» не наносило ущерба ей, профессиональной деятельности и партнерам.

## Методика «Самооценка эмоциональных состояний» (Уэссман А., Рикс Д.)

Методика применяется для самооценки эмоциональных состояний и степени бодрствования. Данная методика эффективна, если необходимо выявить изменение эмоционального состояния человека на протяжении определенного периода времени. Простота выполнения задания делает ее весьма оперативным инструментом. К недостаткам вышеописанной методики можно отнести следующие:

1) Утверждения, включенные в 1–3 разделы, описывают эмоциональное состояние человека лишь в диапазоне понятий «тревога/спокойствие» и «подъем/депрессия», не отражая выраженность других эмоций, таких, например, как гнев, обида, разочарование, гордость и др.

2) Утверждения, составляющие 4 раздел, характеризуют в основном когнитивную сферу (убеждения человека, касающиеся его возможностей), а не сферу эмоций.

3) Обращает внимание различие в системе оценок утверждений, составляющих четыре разных раздела методики. Так, повышение оценок, присваиваемых утверждениям 1 раздела, отражает повышение степени психической адаптации испытуемого, при этом самая высокая оценка по этому разделу указывает на наивысший уровень психической адаптации. Однако во 2 и 3 разделах наивысшие значения присваиваются таким утверждениям («Порыв, не знающий преград, жизненная сила выплескивается через край» и «Сильный подъем, восторженное веселье»), которые отражают уже не столько состояние психической адаптации, сколько патологическое гипоманиакальное состояние. В этой связи общая шкала, получаемая при суммировании оценок по всем четырем разделам, свидетельствуют о выраженной психической дезадаптации, высокие значения интегрального показателя не могут трактоваться столь однозначно. Иначе говоря, интегральный показатель данной методики более чувствителен к состоянию психической дезадаптации, чем к состоянию адаптации.

**Инструкция:** выберите в каждом из предложенных наборов суждений то, которое лучше всего описывает ваше состояние сейчас. Номер суждения, выбранного из каждого набора, запишите.

### Опросник

#### Спокойствие-тревожность

10. Совершенное спокойствие. Непокколебимо уверен в себе.
9. Исключительно хладнокровен, на редкость уверен и не волнуюсь.
8. Ощущение полного благополучия. Уверен и чувствую себя непринужденно.
7. В целом уверен и свободен от беспокойства.
6. Ничто особенно не беспокоит меня. Чувствую себя более или менее непринужденно.
5. Несколько озабочен, чувствую себя скованно, немного встревожен.
4. Переживаю некоторую озабоченность, страх, беспокойство или неопределенность. Нервозен, волнуюсь, раздражен.
3. Значительная неуверенность. Весьма травмирован неопределенностью. Страшно.
2. Огромная тревожность, озабоченность. Изведен страхом.
1. Совершенно обезумел от страха. Потерял рассудок. Напуган неразрешимыми трудностями.

#### Энергичность-усталость

10. Порыв, не знающий преград. Жизненная сила выплескивается через край.
  9. Бьющая через край жизнеспособность, огромная энергия, сильное стремление к деятельности.
  8. Много энергии, сильная потребность в действии.
  7. Чувствую себя свежим, в запасе значительная энергия.
  6. Чувствую себя довольно свежим, в меру бодр.
  5. Слегка устал. Леность. Энергии не хватает.
  4. Довольно усталый. В запасе не очень много энергии.
  3. Большая усталость. Вялый. Скудные ресурсы энергии.
  2. Ужасно утомлен. Почти изнурен и практически не способен к действию.
- Почти не осталось запасов энергии.

1. Абсолютно выдохся. Неспособен даже к самому незначительному усилию.

#### **Приподнятость-подавленность**

10. Сильный подъем, восторженное веселье.
9. Возбужден, в приподнятом состоянии. Восторженность.
8. Возбужден, в хорошем расположении духа.
7. Чувствую себя очень хорошо. Жизнерадостен.
6. Чувствую себя довольно хорошо, «в порядке».
5. Чувствую себя чуть-чуть подавленно, «так себе».
4. Настроение подавленное и несколько унылое.
3. Угнетен и чувствую себя очень подавленно. Настроение определенно унылое.
2. Очень угнетен. Чувствую себя просто ужасно.
1. Крайняя депрессия и уныние. Подавлен. Все черно и серо. Уверенность в себе – беспомощность.

#### **Уверенность в себе – беспомощность**

10. Для меня нет ничего невозможного. Смогу сделать все, что хочу.
9. Чувствую большую уверенность в себе. Уверен в своих свершениях.
8. Очень уверен в своих способностях.
7. Чувствую, что моих способностей достаточно и мои перспективы хороши.
6. Чувствую себя довольно компетентным.
5. Чувствую, что мои умения и способности несколько ограничены.
4. Чувствую себя довольно неспособным.
3. Подавлен своей слабостью и недостатком способностей.
2. Чувствую себя жалким и несчастным. Устал от своей некомпетентности.
1. Давящее чувство слабости и тщетности усилий. У меня ничего не получится.

#### **Обработка результатов и интерпретация**

Определяют следующие показатели:

**И1** – «Спокойствие – тревожность» (индивидуальная самооценка – И1 – равняется номеру суждения, выбранного испытуемым из данной шкалы. Аналогично получают индивидуальные значения по показателям И2-И4).

**И2** – «Энергичность – усталость».

**И3** – «Приподнятость – подавленность».

**И4** – «Чувство уверенности в себе – чувство беспомощности».

**И5** – Суммарная (по четырем шкалам) оценка состояния:

**И5 = И1 + И2 + И3 + И4**, где

И1, И2, И3, И4 – индивидуальные значения по соответствующим шкалам.

Если сумма баллов от 26 до 40, то испытуемый высоко оценивает свое эмоциональное состояние, если от 15 до 25 баллов, то средняя оценка эмоционального состояния и низкая, если от 4 до 14 баллов.

В общем виде эмоциональное состояние – характеристика эмоций человека, отражающая ее положение относительно объектов окружающей среды. Состояние может быть наблюдаемо как внешне, так и внутренне. Внутреннее состояние эмоций фиксируется сознанием субъекта на определенный момент времени тех ощущений благополучия (неблагополучия) как организма в целом, как и его частей. Внешне оценка состояния эмоций фиксируется высказываниями испытуемого по определенным признакам. Состояние человека выступает регулятивной функцией адаптации к окружающей среде или ситуации.

#### **Шкала «Спокойствие-тревожность»**

**выше 5–6 баллов.** В опросе испытуемый показывает преобладание «Спокойствия»: выдержанность, сдержанность, терпеливость, степенность, благоразумность, уравновешенность, невозмутимость, терпимость.

**5–6 баллов.** В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Спокойствие-тревожность» без явного преобладания одного из полюсов.

**1–4 балла.** По самооценке испытуемого прогнозируется задерганность, запуганность, закомплексованность, нерешительность, пугливость, нервность, неуверенность, напряженность, боязливость.

#### **Шкала «Энергичность-усталость»**

**выше 5–6 баллов.** Испытуемый оценивает себя как личность: инициативный, деятельный, предприимчивый, одержимый, устремленный, активный, кипучий, пробивной, расторопный.

**5–6 баллов.** В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Энергичность-усталость» без явного преобладания одного из полюсов.

**1–4 балла.** Испытуемый оценивает себя как неинициативный, пассивный, инертный, безынициативный, вялый, апатичный, безразличный, медлительный.

#### **Шкала «Приподнятость-подавленность»**

**выше 5–6 баллов.** Испытуемый оценивает себя как: кипучий, темпераментный, задорный, порывистый, энергичный, вольнолюбивый, раскрепощенный, живой, подвижный, бойкий.

**5–6 баллов.** В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Приподнятость-подавленность» без явного преобладания одного из полюсов.

**1–4 балла.** Испытуемый оценивает себя как застенчивый, робкий, нерешительный, несмелый, запуганный, стеснительный, угнетенный, оробелый, подавленный, задавленный.

#### **Шкала «Уверенность в себе – чувство беспомощности»**

**выше 5–6 баллов.** Испытуемый оценивает себя как: боец, закаленный, решительный, упорный, героический, работоспособный, сильный, волевой, твердый, бесстрашный, отважный, самостоятельный.

**5–6 баллов.** В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Уверенности-беспомощности» без явного преобладания одного из полюсов.

**1–4 балла.** Оценивается: безответный, слабохарактерный, безгласный, несмелый, слабый, слабовольный, пришибленный.

#### **Суммарная оценка состояния**

Этот показатель отражает выраженность, степень эмоционального подъема/истощения испытуемого.